DR. JOHN GRAY

Autorul celebrei cărţi
Bărbaţii sunt de pe Marte, femeile sunt de pe Venus

MARTE şi Venus la întâlnire

Ghidul celor cinci etape ale unei relaţii, pentru a o face durabilă şi plină de iubire



VREMEA

MARTE ŞI VENUS LA ÎNTÂLNIRE • DR. JOHN GRAY
VREMEA

Citind ***Marte şi Venus la întâlnire***, veţi învăţa cum să parcurgeţi cu succes cele cinci etape ale unei relaţii:

ETAPA ÎNTÂI: ATRACŢIA
Cum să atrageţi persoana potrivită
Cum să vă asiguraţi că nu vă îndepărtaţi în mod inconştient persoanele de sex opus
101 modalităţi de a vă găsi sufletul pereche

ETAPA A DOUA: NESIGURANŢA
Cum să alegeţi persoana potrivită
Cum să vă asiguraţi că partenerul îşi păstrează interesul
Semnale de avertizare pentru evitarea implicării într-o relaţie cu o persoană nepotrivită

ETAPA A TREIA: EXCLUSIVITATEA
Importanţa expunerii tuturor atuurilor pe care le aveţi şi modalitatea de a o face
Cum să-l determinaţi pe partener să dea tot ce are mai bun
În ce fel creează rolurile complementare jucate în ritualurile cristalizării unei relaţii o iubire romantică durabilă

ETAPA A PATRA: INTIMITATEA
Unde şi cum să creăm cele patru niveluri ale intimităţii: fizic, emoţional, mental şi spiritual
Modul diferit în care bărbaţii şi femeile trăiesc şi reacţionează vizavi de intimitate
Cele patru elemente ale unei alchimii durabile

ETAPA A CINCEA: LOGODNA
Cum să vă împăcaţi pentru a nu vă despărţi
Motivele diverse pentru care bărbaţii şi femeile aleg să se căsătorească
Cum să vă pregătiţi pentru o căsnicie lungă cât viaţa

Dr. John Gray este autorul volumelor
Bărbaţii sunt de pe Marte, femeile sunt de pe Venus,
Marte şi Venus la locul de muncă,
Soluţia Marte şi Venus pentru dietă şi exerciţiu,
Copiii sunt din rai,
Marte şi Venus în dormitor,
Marte şi Venus împreună pentru totdeauna
şi ***Marte şi Venus se iubesc,***
toate apărute la editura **Vremea**.

Este unul dintre cei mai cunoscuţi consilieri în probleme de cuplu din toată lumea.

ISBN 978-973-645-345-8

John Gray, Ph.D.

Mars and Venus on a Date
HarperCollins Publishers

Coperta de Silvia Colfescu

Redactor: Maria Giugariu
Tehnoredactor: Dan Amza

Descrierea CIP a Bibliotecii Naţionale a României

GRAY, JOHN
Marte şi Venus la întâlnire / John Gray ; trad.: Miruna Hornaru. - Bucureşti : Vremea, 2009
ISBN 978-973-645-345-8

I. Hornaru, Miruna (trad.)

159.922.1

DR. JOHN GRAY

MARTE
și
Venus
la întâlnire

TRADUCERE DE
MIRUNA HORNARU

Ghidul celor cinci etape ale unei relații, pentru a o face durabilă și plină de iubire

EDITURA VREMEA
BUCUREȘTI
2009

Această carte este dedicată soției și sufletului meu pereche, Bonnie Gray, cu toată dragostea și afecțiunea. Iubirea ei luminoasă continuă să scoată ce e mai bun din mine.

MULŢUMIRI

Îi mulţumesc soţiei mele, Bonnie, care mi-a fost din nou alături pe drumul alcătuirii unei noi cărţi. Unele părţi ale acestei cărţi sunt inspirate în mod direct de începuturile relaţiei noastre, când am trecut prin cele cinci etape ale unei relaţii.

Le mulţumesc celor trei fete ale noastre, Shannon, Juliet şi Lauren, pentru neîntrerupta lor dragoste şi pentru intuiţia lor şi pentru remarcile lor inteligente referitoare la multe dintre ideile din această carte. Mulţumiri speciale lui Shannon, care s-a ocupat de biroul meu pe perioada în care am scris această carte.

Le mulţumesc următorilor prieteni şi membri ai familiei, pentru feedback-ul şi pentru sugestiile lor preţioase vizavi de ideile din această carte: mamei mele, Virginia Gray; fraţilor mei, David, William, Robert şi Tom Gray; surorii mele, Virginia Gray; lui Robert şi lui Karen Josephson; lui Susan şi lui Michael Najarian; lui Martin şi lui Josie Brown; lui Stan Sinberg; lui JoAnne LaMarca; lui Bart şi lui Merril Berens; lui Reggie şi lui Andrea Henkart; lui Rami El Batrawi; Sandrei Weinstein; lui Bill Sy; lui Robert Beaudry; lui Jim şi Annei Kennedy; lui Alan şi Barbarei Garber şi lui Clifford McGuire.

Îi mulţumesc agentului meu literar, Patti Breitman, care a fost mereu alături de mine, în toate etapele scrierii acestei cărţi, şi agentului literar internaţional, Linda Michaels, pentru publicarea cărţilor mele pe tot globul, în peste patruzeci de limbi.

Îi mulţumesc redactorului meu, Diane Reverand, pentru opiniile ei pertinente, pentru sfaturi şi indicaţii. De asemenea, îi mulţumesc Laurei Leonard, lui Meaghan Dowling, David Flora şi celorlalţi oameni minunaţi de la HarperCollins, pentru receptivitatea lor. N-aş putea găsi o editură mai bună.

Le mulţumesc sutelor de persoane şi cupluri care şi-au făcut timp pentru a-mi împărtăşi părerile şi poveştile lor despre cum e să fii singur şi să te căsătoreşti.

Îi mulţumesc lui Bonnie Solow, lui Robert Geller şi lui Daryn Roven pentru sprijinul lor la realizarea versiunii audio a cărţii şi, de asemenea, Annei Gaudinier şi celorlalţi de la HarperAudio.

INTRODUCERE

În generaţiile trecute, provocarea de a merge la întâlniri era alta. Bărbaţii şi femeile îşi doreau un partener care să poată răspunde nevoilor primare de siguranţă şi de supravieţuire. Femeile căutau un bărbat puternic, care să fie un bun „furnizor"; bărbaţii căutau o femeie grijulie cu care să întemeieze o familie. Această dinamică a curtării, ce durează de mii de ani, s-a schimbat brusc.

Noua provocare a întâlnirilor este de a găsi un partener care nu numai să ne sprijine în sensul nevoii noastre fizice de supravieţuire şi siguranţă, dar care să răspundă şi nevoilor emoţionale, mentale şi spirituale. Astăzi vrem mai mult de la relaţiile noastre. Milioane de bărbaţi şi femei din toată lumea sunt în căutarea sufletului pereche alături de care să trăiască iubirea de durată, fericirea şi romantismul.

Acum nu mai e de ajuns doar să găseşti o persoană care să vrea să se căsătorească cu tine, vrem parteneri care să ne iubească din ce în ce mai mult pe măsură ce ne cunosc: vrem să trăim fericiţi până la adânci bătrâneţi. Pentru a găsi şi pentru a recunoaşte partenerul care să poată să ne satisfacă nevoia de o mai mare intimitate, de o mai bună comunicare şi de o iubire extraordinară, trebuie să ne adaptăm abilităţile în materie de întâlniri.

Chiar dacă, cu noroc, găseşti un suflet pereche, fără folosirea unor bune abilităţi la întâlniri, se poate să nu-l recunoşti şi să nu te căsătoreşti. Acum optsprezece ani am fost destul de norocos să-mi găsesc sufletul pereche, dar nu destul de experimentat pentru a face relaţia să funcţioneze. Bonnie şi cu mine am ieşit împreună cam un an şi jumătate. Deşi ne iubeam foarte mult, nu ne-am căsătorit.

Ne-am despărţit şi fiecare a luat-o pe drumul lui. Patru ani mai târziu, ne-am împăcat. De data asta întâlnirile noastre au fost altfel, într-un final ne-am căsătorit şi am trăit fericiţi. Creând condiţii în care dragostea să se poată dezvolta, inimile ni s-au deschis şi am trăit o „dragoste a sufletelor" care „dăinuie indife-

rent ce se întâmplă". Descoperirea dragostei *necondiţionate* a fost rezultatul creării în prealabil a unor *condiţii* prielnice pentru ca dragostea să se dezvolte.

Prima dată când am ieşit împreună, am ştiut într-un final că ne iubeam unul pe celălalt, dar nu îndeajuns pentru a ne căsători. Nu avusesem încă sentimentul interior de siguranţă, care apare atunci când sunt îndeplinite condiţiile prielnice. Fără o abordare reactualizată a ieşitului împreună şi a relaţiilor, am ajuns la concluzia greşită că nu eram făcuţi unul pentru celălalt.

A doua oară când am ieşit împreună, cu o altă înţelegere a diferenţelor dintre bărbaţi şi femei, am reuşit să facem ca relaţia să meargă. Pe măsură ce trăiam iubirea împreună, inimile ni s-au deschis. De-abia atunci am reuşit să simţim dragostea necondiţionată faţă de celălalt. Eram suflete pereche. Cu această convingere, am cerut-o în căsătorie, iar ea a fost pregătită să accepte.

În calitate de consilier de cuplu, încep să împărtăşesc această nouă formă de înţelegere a lucrurilor în cadrul şedinţelor de consiliere şi a seminarelor mele. Rezultatele au fost vizibile şi imediate. Cu această nouă concepţie privind modul diferit în care bărbaţii şi femeile gândesc şi simt, cuplurile au putut să-şi îmbunătăţească comunicarea şi să înceapă să obţină ceea ce vroiau în relaţiile lor. Cu speranţe noi, au putut să descopere o iubire mai profundă în inimile lor, să vindece sau să elimine vechile resentimente ce e posibil să le fi închis inimile şi să reaprindă focul pasiunii şi al romantismului.

Încurajat de beneficiile practice din propriul meu mariaj şi din vieţile clienţilor şi participanţilor la seminarele mele, am mers mai departe şi am scris *Bărbaţii sunt de pe Marte, femeile sunt de pe Venus*[1], carte ce s-a vândut în peste zece milioane de exemplare în întreaga lume. Un bestseller în peste patruzeci de limbi, care a ajutat bărbaţi şi femei de pe tot globul.

---

[1] Dr. John Gray, *Bărbaţii sunt de pe Marte, femeile sunt de pe Venus*, Editura Vremea, Bucureşti, 2001.

La biroul meu se primesc în continuare peste trei sute de telefoane şi scrisori pe zi de la oameni care au avut de câştigat în urma citirii cărţii sau participării la ateliere. Pe lângă seminarele pe care le susţin personal în fiecare lună, alte sute de seminare Marte/Venus sunt ţinute pe tot globul de consilieri Marte/Venus calificaţi. În timp ce acest mesaj simplu a fost util pentru atât de multe cupluri, pentru cei singuri lipsea ceva.

În mod repetat, celibatari sau cupluri ce ieşeau împreună au ridicat întrebări la care nu se răspundea sau care nu erau abordate în mod direct în *Bărbaţii sunt de pe Marte, femeile sunt de pe Venus*. De-a lungul procesului de găsire a răspunsurilor practice la întrebările lor din ultimii doisprezece ani, au fost formulate ideile, principiile şi observaţiile din *Marte şi Venus la întâlnire*. Această carte este scrisă special pentru celibatarii şi cuplurile ce ies împreună şi sunt interesaţi de găsirea iubirii adevărate şi de durată.

Totuşi, şi cuplurile căsătorite vor găsi aceste principii şi observaţii de nepreţuit. Cupluri cu un mariaj fericit se pot bucura de aceste idei din perspectiva dorinţei lor de a adăuga note jucăuşe sau romantice relaţiei lor. Indiferent de cât de bună este o relaţie, mereu e loc de mai bine. Chiar şi cei mai buni atleţi încă îşi mai ascultă antrenorii pentru observaţiile lor şi pentru ghidaj.

Cuplurile căsătorite care au dificultăţi în mariaj pot descoperi ce lipseşte din relaţiile lor. Destul de des, cuplurile trec peste una sau două etape ale ieşitului împreună, iar acest lucru le afectează mariajul. Întorcându-se şi parcurgând etapele întâlnirilor, multe cupluri şi-au consolidat iubirea.

Cuplurile căsătorite care vor să reaprindă flacăra dragostei de la primele întâlniri vor avea multe de învăţat din acest ghid practic. Trecând în revistă elementele unei întâlniri reuşite şi punându-le în practică, pot să simtă din nou pasiunea şi romantismul de la început. Punând în practică aceste sfaturi simple, aceştia nu numai că vor reaprinde focul dragostei, dar îl vor şi ţine arzând.

Sfaturile cuprinse în *Marte şi Venus la întâlnire* oferă răspunsuri practice celor mai frecvente frustrări resimţite de celibatari şi cuplurile ce ies împreună. Foarte adesea, la începutul unei relaţii,

înțelegem greșit sau interpretăm în mod eronat faptele și reacțiile partenerilor noștri. Cu o bună înțelegere a diferitelor noastre moduri de a gândi și a percepe, întâlnirile pot fi un motiv de bucurie, un sprijin, o plăcere și o împlinire în loc de o potențială cauză de frustrare, descurajare, griji și jenă.

Cu această nouă abordare, confuzia asociată cu mersul la întâlniri începe să se destrame. Pe măsură ce citiți *Marte și Venus la întâlnire* și începeți să vedeți rezultatele practice ale schimbării abordării pe care o aveați la întâlniri, veți începe să descoperiți că deja știți mai multe decât credeați. Atunci când găsiți cele câteva piese lipsă ale puzzle-ului, totul începe brusc să se aranjeze.

Bazându-vă pe această nouă abordare, veți găsi motivarea, abilitățile și încrederea necesare pentru a găsi persoana potrivită, în timp ce vă bucurați de întâlniri. Citind această carte, sentimentele pe care le trăiți în adâncul inimii vor fi validate. Această abordare plină de bun simț explică cele mai frustrante momente de la întâlniri și propune un plan clar pentru a avea succes.

Nu puteți afla din nici o carte dacă o persoană este sau nu este potrivită, dar o carte vă poate îndrepta în direcția bună și vă poate ajuta la crearea condițiilor prielnice pentru a afla acest lucru. Atunci când principiile și sfaturile din *Marte și Venus la întâlnire* sunt puse în practică, veți fi pregătiți să întâlniți și să recunoașteți sufletul pereche.

În această carte sunt multe sugestii ce pot să nu fie bune pentru toți. Sunt numai sugestii. Mai mult decât orice, această carte vă va furniza informațiile pentru evaluarea unei situații și pentru luarea deciziei potrivite.

La fel ca în cazul celorlalte cărți ale mele, sunt multe generalizări despre bărbați și femei. Asta nu înseamnă că toți bărbații sunt într-un fel și toate femeile sunt în alt fel. Înseamnă doar că mulți bărbați și multe femei sunt în felul acela. Dacă generalizările nu vi se potrivesc perfect, nu înseamnă că e ceva în neregulă cu dumneavoastră. Atunci când întâlniți o persoană al cărei comportament e diferit de al dumneavoastră, scoateți-vă exemplarul

din *Marte şi Venus la întâlnire* şi folosiţi-l ca un ghid care să vă ajute să înţelegeţi situaţia.

Unii vor fi tentaţi să ţină ascunsă această carte. A şti că poţi câştiga în lupta cu celălalt sex îţi aduce, cu siguranţă, un avantaj. Dar există un şi mai mare avantaj în a spune partenerului că aţi citit cartea. Dacă sunteţi amândoi de acord cu multe dintre principii şi valori, veţi putea avea de la început mai multă încredere unul în celălalt.

Discuţiile despre ideile din *Marte şi Venus la întâlnire* pot fi un extraordinar mod de a începe să cunoşti pe cineva. Multe cupluri ce ieşeau împreună au făcut aşa cu *Bărbaţii sunt de pe Marte*. Citind împreună *Marte şi Venus la întâlnire* în diferitele etape ale relaţiei va fi chiar şi mai util.

De multe ori e dificil să discuţi dorinţele şi nevoile pe care le ai într-o relaţie. Dacă această carte prezintă destul de precis dorinţele voastre, atunci vă va ajuta să le comunicaţi partenerului. Una dintre cele mai importante caracteristici ale acestor sfaturi este faptul că ele sunt exprimate într-un limbaj cinstit care sprijină femeile şi bărbaţii deopotrivă.

Puteţi vorbi despre diferenţele dintre cei de pe Marte şi cele de pe Venus fără să vă călcaţi pe bătături.

Dacă valorile prezentate în această carte sunt în concordanţă cu alte dumneavoastră, dar nu sunt deloc asemănătoare cu cele ale unui potenţial partener, poate fi un semn clar că acea persoană nu este cea potrivită. Totuşi, nu mereu se întâmplă aşa. Unii pot pur şi simplu să nu agreeze stilul meu de a scrie despre întâlniri, dragoste şi relaţii. Chiar dacă el sau ea sunt complet opaci la cărţile despre relaţiile de dragoste, nu înseamnă că nu sunt persoana potrivită.

Adevăratul test este parcurgerea etapelor pentru a vedea dacă vi se pot satisface nevoile. Chiar dacă partenerul vostru nu citeşte *Marte şi Venus la întâlnire*, veţi avea puterea să scoateţi ce e mai bun în el sau ea atunci când o citiţi. Veţi şti atunci dacă este persoana potrivită pentru voi.

Femeile fac adesea greşeala să citeze o autoritate în domeniu pentru a schimba comportamentul unui bărbat. Chiar dacă unui

bărbat îi plac cărţile mele, e o idee bună să nu daţi citate din ele. Mai ales în cazul bărbaţilor, o cerere de schimbare e cel mai bine primită atunci când este personală şi se bazează pe ce simţiţi că este bine pentru voi şi nu pe ce scrie într-o carte că e bine.

Ani de-a rândul, femeile m-au întrebat cum să facă un bărbat să citească *Bărbaţii sunt de pe Marte, femeile sunt de pe Venus*. Răspunsul este acelaşi şi pentru cartea aceasta. O femeie ar trebui să-l întrebe pe bărbat ce crede despre unele idei despre bărbaţi. Cerându-i să citească acel paşaj pentru a-i răspunde la întrebări, nu lasă să se înţeleagă că el are nevoie de asta, ci că el este expertul în ceea ce priveşte bărbaţii şi că expertiza lui ar ajuta-o pe ea. Bărbaţii adoră să fie experţi şi le place să fie de ajutor. Pe măsură ce citeşte textul, poate descoperi că este destul de interesant şi folositor şi pentru el. Până la urmă, dacă este de pe Marte, cum ar putea înţelege locuitoarele de pe Venus?

Când *Bărbaţii sunt de pe Marte, femeile sunt de pe Venus* a fost publicată pentru prima dată, a fost cumpărată în principal de femei. Pe măsură ce mai mulţi bărbaţi au auzit despre ea, această tendinţă s-a schimbat în mod dramatic. Acum, după ce a fost un bestseller timp de patru ani, bărbaţii o cumpără la fel de mult ca femeile. Bărbaţii sunt şi ei interesaţi să aibă relaţii mai bune; a trebuit doar să descopere că este o carte „prietenoasă" şi pentru bărbaţi.

Altă abordare pentru a motiva un bărbat să citească această carte este de a-i cere pur şi simplu să o facă pentru tine. Nu trebuie să sugeraţi că are nevoie de asta, ci că v-ar plăcea foarte mult să discutaţi cu el despre carte, lucru care v-ar ajuta. Când sunt abordaţi cum trebuie, mulţi bărbaţi sunt bucuroşi să o citească. Unii bărbaţi pur şi simplu nu citesc. Dacă acesta este cazul, împrumutaţi-i un exemplar din cartea în variantă audio sau uitaţi-vă împreună la caseta video pentru a vă amuza. Aceleaşi sugestii se pot aplica atunci când un bărbat vrea ca partenera lui să citească cartea.

În timp ce citiţi *Marte şi Venus la întâlnire*, vi se vor aprinde beculeţele. Brusc, lucruri din care nu înţelegeaţi nimic, vor începe să prindă sens. Această schimbare de atitudine vă va ajuta, pregă-

tind terenul pentru a putea să găsiţi sufletul pereche. Când, în această lumină nouă, veţi putea înţelege cu acurateţe greşelile din trecut, va trebui doar să nu le repetaţi. Cu această nouă înţelegere a lucrurilor, vă veţi detaşa de tiparele din trecut şi veţi fi liberi să construiţi relaţia visurilor voastre. Veţi descoperi rapid că aveţi abilitatea de a găsi persoana potrivită.

E o mare plăcere să vă prezint *Marte şi Venus la întâlnire*. Este punctul culminant al ultimilor doisprezece ani plini de succes în ceea ce priveşte susţinerea milioanelor de oameni ca voi pentru îmbunătăţirea comunicării cu sexul opus. Reuşind să înţelegeţi şi să faceţi faţă provocărilor fiecăreia dintre cele cinci etape ale unei relaţii, şi voi veţi găsi dragostea adevărată şi de durată.

4 aprilie 1997
Mill Valley, California

1

MARTE ŞI VENUS LA ÎNTÂLNIRE

În timpul seminarelor mele de consiliere pe probleme de cuplu, mi s-a întâmplat adesea ca femei singure să vină la mine şi să-mi descrie foarte detaliat cum văd ele o întâlnire reuşită. Întrebarea care urmează e aproape mereu aceeaşi. Fiecare dintre aceste femei zice: „Nu înţeleg de ce nu a mers." Dacă totul a mers atât de bine, de ce el nu a vrut să continue relaţia? se întreabă ele. Pentru cele mai multe femei, bărbaţii sunt încă un mister. Întrebările lor demonstrează adesea o înţelegere şi o interpretare complet greşite a bărbaţilor.

Femeile întreabă:

- Cum fac să atrag bărbatul potrivit pentru mine?
- De ce bărbaţii vorbesc atât de mult despre ei?
- De ce nu mai dau telefon bărbaţii?
- De ce bărbaţii nu se angajează într-o relaţie?
- Cum fac un bărbat să fie deschis?
- De ce trebuie să fac orice pentru ca relaţia asta să funcţioneze?
- Totul e extraordinar, dar partenerul meu nu vrea să se căsătorească, iar eu vreau. Ce pot să fac?
- De ce mă încurc mereu cu acelaşi gen de bărbat?

Întrebările femeilor tind să se învârtă în jurul aceleiaşi probleme: Cum mă asigur că relaţia va fi una de durată, bazată pe dragoste? Femeile vor să fie sigure că pot obţine ceea ce au nevoie dintr-o relaţie. Bărbaţii, pe de altă parte, au întrebări diferite. Întrebările lor se concentrează asupra modalităţii de a fi siguri de succesul relaţiilor lor, dar dezvăluie şi o înţelegere şi interpretare complet greşite a femeilor.

- Cum ştiu ce-şi doreşte o femeie?
- De ce femeile nu sunt directe?

- De ce începem să ne certăm pe cele mai mărunte lucruri?
- De ce femeile nu spun pur şi simplu ce vor?
- Cum ştiu dacă ea e aleasa?
- De ce ea vrea mereu să vorbească despre relaţia noastră?
- Totul merge bine acum, deci de ce să destabilizăm situaţia căsătorindu-ne?
- De ce femeile pun atât de multe întrebări?

Deşi întrebările bărbaţilor şi femeilor arată orientări diferite vizavi de întâlniri, au totuşi două lucruri în comun: bărbaţii şi femeile vor ca relaţiile lor să fie pline de dragoste şi, în mod sigur, nu se înţeleg unii pe ceilalţi. În unele momente ne simţim neputincioşi să obţinem ce vrem în relaţiile noastre.

Poate părea o situaţie fără speranţă, dar nu e aşa. Odată ce bărbaţii şi femeile învaţă că fiecare abordează întâlnirile şi relaţiile în mod diferit, avem informaţiile şi datele din interior necesare pentru a începe să răspundem la propriile întrebări. Fără o înţelegere mai profundă a diferenţelor dintre noi, e clar că vom continua să ne interpretăm în mod greşit partenerii de întâlniri şi să creăm probleme inutile.

CUM NE SABOTĂM RELAŢIILE FĂRĂ SĂ ŞTIM

Când ne înţelegem greşit unul pe celălalt, putem să ne sabotăm relaţiile fără s-o ştim. O femeie poate să concluzioneze în mod greşit că cel cu care se întâlneşte e „doar încă un bărbat incapabil să se angajeze într-o relaţie" şi să renunţe. Un bărbat poate crede că cea cu care se întâlneşte e doar încă o femeie ale cărei nevoi l-ar putea sufoca şi încătuşa. În consecinţă, îşi pierde interesul.

Indiferent de cât de sincer eşti, dacă partenerul tău îţi interpretează în mod greşit reacţiile şi răspunsurile inocente şi automate, încercările tale de a construi o relaţie pot să nu aibă succes. Nu e de ajuns să fii doar corect atunci când te dezvălui; pentru a avea succes la întâlniri, trebuie să te gândeşti şi la cum vei fi înţeles. Din acest motiv, sunt momente când nu putem să fim pur şi simplu „noi înşine". În loc de asta, trebuie să ne abţinem să reacţionăm aşa cum ne spusese iniţial intuiţia şi să ne măsurăm răspunsurile în aşa fel încât să se înţeleagă de unde venim.

Nu e de ajuns să fii doar corect atunci când te dezvălui; pentru a avea succes la întâlniri, trebuie să te gândeşti şi la cum vei fi înţeles.

Înţelegerea sexului opus ne dă libertatea de a lua decizii şi de a alege într-un mod ce favorizează obţinerea lucrurilor pe care ni le dorim, dar într-un mod care funcţionează. Pentru a face asta, este esenţial să înţelegem mai bine lumile diferite din care venim. Deşi am prezentat multe dintre aceste deosebiri în cartea mea precedentă, *Bărbaţii sunt de pe Marte, femeile sunt de pe Venus*, sunt multe aspecte relevante în mod special pentru cei singuri care nu au fost tratate.

O înţelegere mai profundă a bărbaţilor şi femeilor care sunt singuri poate fi de mare ajutor pe drumul ce traversează cele cinci etape ale unei relaţii: atracţia, nesiguranţa, angajarea, intimitatea şi logodna. Cu aceste noi date din interior, vă va fi mai uşor să interpretaţi în mod corect comportamentul celuilalt şi să vă comportaţi în consecinţă.

CELE CINCI ETAPE ALE UNEI RELAŢII

Prima etapă: atracţia

În prima etapă a unei relaţii, simţim atracţia iniţială pentru un potenţial partener. În acest prim stadiu provocarea este de a vă asigura că aveţi oportunitatea să vă exprimaţi această atracţie şi să cunoaşteţi acest potenţial partener. Cu o bună înţelegere a abordărilor diferite pe care bărbaţii şi femeile le au la întâlniri, veţi putea păşi cu dreptul.

Cea de-a doua etapă: nesiguranţa

În a doua etapă are loc trecerea de la sentimentul de atracţie la cel de nesiguranţă: este partenerul nostru cel potrivit? În această fază, provocarea este de a recunoaşte această nesiguranţă şi de a nu fi influenţat de ea. Dacă sunteţi nesigur nu înseamnă că partenerul vostru nu este cel potrivit. Când ieşiţi cu cineva care vi se pare foarte special, este foarte normal să vă întrebaţi brusc dacă doriţi să continuaţi să ieşiţi cu acea persoană. Fără o înţele-

gere a acestei etape, e foarte uşor pentru un bărbat să treacă de la o relaţie la alta şi pentru o femeie să facă greşeala de a se agăţa de un bărbat mai mult decât se agaţă el de ea.

Cea de-a treia etapă: exclusivitatea

În a treia etapă simţim dorinţa să ieşim numai cu acea persoană. Vrem să avem oportunitatea de a da şi de a primi dragoste într-o relaţie specială, fără competiţie. Vrem să ne relaxăm şi să avem mai mult timp pe care să-l petrecem cu partenerul nostru. Toată energia pe care o consumam în căutarea persoanei potrivite se poate canaliza acum în direcţia construirii unei relaţii romantice de dragoste împărtăşită de ambele părţi. În această etapă, pericolul este de a deveni prea comozi şi de a nu mai face acele lucruri mărunte care îl fac pe partener să se simtă special.

Cel de-a patra etapă: intimitatea

În a patra etapă începem să trăim cu adevărat în intimitate. Suntem destul de relaxaţi pentru a lăsa garda jos şi a ne deschide sufletul într-un mod mai profund decât înainte. În această etapă avem şansa să vedem tot ce e mai bun în noi şi în partener, dar trebuie să şi facem faţă părţilor noastre mai-puţin-perfecte. Fără o înţelegere a modurilor diferite în care bărbaţii şi femeile reacţionează în intimitate, e uşor să ajungem la concluzia greşită că suntem prea diferiţi pentru a continua.

Cea de-a cincea etapă: logodna

În al cincilea stadiu, fiind convinşi că suntem cu persoana cu care vrem să ne căsătorim, ne logodim. În această etapă avem şansa să ne sărbătorim dragostea. Acesta este momentul în care să trăiţi relaţia de iubire cu veselie, bucurie, linişte şi tandreţe. E o perioadă a marilor emoţii şi promisiuni. Multe cupluri fac greşeala de a se grăbi să se căsătorească. Nu înţeleg că această perioadă este una vitală pentru strângerea de experienţe pozitive de împărtăşire reciprocă şi de rezolvare a neînţelegerilor şi dezamăgirilor înainte de provocările mai mari ale vieţii în căsătorie, ale mutării împreună şi ale întemeierii unei familii. Această etapă constituie fundaţia solidă a unei vieţi trăite cu dragoste şi romantism.

De-a lungul cărţii *Marte şi Venus la întâlnire*, vom explora într-un mod foarte detaliat cele cinci etape ale unei relaţii şi diversele întrebări ce se ridică în fiecare etapă. Fiecare capitol vă va prezenta date fundamentale despre felul diferit în care bărbaţii şi femeile abordează întâlnirile, astfel încât să vă înţelegeţi în mod corect partenerul şi apoi să alegeţi să răspundeţi în aşa fel încât să nu fiţi înţeleşi greşit. Astfel, veţi profita de fiecare şansă de a construi relaţia visurilor voastre.

ÎNTÂLNIRILE POT FI MULT MAI UŞOARE

Fie că îţi refaci viaţa, fie că tocmai începi să mergi la întâlniri sau că ieşi cu cineva de ani buni, un lucru nu pare să se schimbe: întâlnirile sunt stângace şi presupun momente neplăcute şi de disconfort. Pentru unii oameni, unul dintre principalele motive pentru care se căsătoresc este dorinţa de a scăpa de întâlniri. Totuşi, ieşitul în oraş cu cineva nu trebuie să fie ceva atât de sumbru şi dificil, şi nici nu trebuie să pară ceva fără de sfârşit. De fapt, dacă sunteţi în căutarea persoanei potrivite, cel mai rapid mod de a o găsi – şi de a fi găsit – este să creaţi premise pozitive pentru întâlniri.

Cel mai rapid mod de a găsi şi de a fi găsit de un partener special este să creaţi premise pozitive pentru întâlniri.

Acest lucru va fi incredibil de uşor, ştiind la ce să vă aşteptaţi în fiecare dintre cele cinci etape ale unei relaţii. De exemplu, în prima etapă – cea a atracţiei – când o femeie înţelege de ce un bărbat n-o sună a doua zi, chiar şi atunci când e atras şi interesat de ea, acest lucru o scuteşte de griji inutile. Însuşirea unei noi abordări de a-i telefona, astfel încât să nu-şi diminueze poziţia în ochii lui, o face şi mai liberă, lăsând-o să se bucure de întâlniri: n-o să mai stea lângă telefon întrebându-se când o să sune.

În mod asemănător, această înţelegere a diferenţelor dintre noi face ca ieşitul împreună să fie mult mai uşor şi pentru bărbaţi. De exemplu, când un bărbat înţelege exact de ce au nevoie femeile şi ce trebuie să facă el pentru a satisface acele nevoi,

atunci va fi încrezător că va ajunge la femeia pe care o doreşte şi o iubeşte. Destul de des, ceea ce ar vrea el nu e în mod necesar şi ce vrea ea. Învăţând care sunt aceste diferenţe, el poate înţelege ce trebuie să facă în fiecare dintre cele cinci etape.

PUTEREA PREGĂTIRILOR

Când suntem pregătiţi pentru ce va veni, nu suntem lăsaţi cu garda jos şi nici nu ne vom îndoi de noi înşine. Când ni se pare că relaţiile noastre capătă sens, nu mai facem la fel de multe greşeli; suntem, de asemenea, capabili să învăţăm din greşeli şi, astfel, nu mai repetăm aceeaşi greşeală la infinit. Cu această înţelegere a diferenţelor, putem să ne eliberăm de tiparele negative în care acţionăm în mod repetitiv.

Învăţând din greşeli, ne putem elibera de tiparele negative după care acţionăm.

Înţelegerea faptului că bărbaţii sunt de pe Marte şi femeile de pe Venus nu va face neapărat o relaţie de durată din orice întâlnire, dar va face întâlnirile mult mai distractive, mai confortabile şi mai pline de satisfacţii. Câteodată vă va ajuta să vă daţi seama mai devreme că sunteţi cu o persoană nepotrivită. Această viziune clară va face să vă fie mai uşor să treceţi mai departe şi să găsiţi persoana potrivită. Cu cât descoperiţi mai repede că o persoană nu e cea potrivită, cu atât mai repede puteţi să treceţi mai departe şi să găsiţi persoana potrivită.

Înţelegând cele cinci etape ale unei relaţii, veţi şti cu siguranţă unde vă situaţi şi unde vreţi să ajungeţi. Dacă sunteţi blocaţi într-un tipar, vă veţi putea da seama cum să vă eliberaţi şi să mergeţi mai departe. Fără îndoială, când sunteţi pregătiţi să vă îndrăgostiţi de sufletul pereche, persoană cu care comunicaţi la nivel spiritual, partenerul vostru va fi acolo. Asumându-vă riscul de a vă urma inima şi a explora relaţiile cu intenţia de a găsi persoana potrivită, vă pregătiţi să găsiţi dragostea adevărată, de durată.

2

GĂSIREA PERSOANEI POTRIVITE

Găsirea persoanei potrivite e ca trasul cu arcul. Ochirea şi nimerirea centrului ţintei cere mult antrenament. Unii oameni pot nimeri în centru din prima, dar cei mai mulţi nu pot. În mod asemănător, cei mai mulţi dintre noi se întâlnesc cu mai multe persoane înainte de a o găsi pe cea potrivită. Unora le trebuie mult mai mult timp decât este necesar pentru că din abordarea lor lipseşte ceva. Ducând mai departe metafora trasului cu arcul, putem vedea cu claritate ce ne lipseşte.

Imaginaţi-vă că trageţi la ţintă şi rataţi. Săgeata s-a dus prea mult în stânga. Doar prin simpla înţelegere a faptului că aţi tras prea la stânga, mintea voastră va corecta automat mişcarea, iar data viitoare veţi trage mai la dreapta. De-a lungul mai multor încercări după care mintea voastră va continua să corecteze mişcarea, veţi reuşi în final să atingeţi ţinta.

La fel este şi în relaţii. De fiecare dată când ieşiţi în oraş şi descoperiţi că partenerul nu este persoana potrivită, mintea voastră se va auto-corecta, iar data viitoare vă veţi simţi mai atras de cineva care seamănă mai mult cu persoana potrivită. Pentru a ne auto-corecta în privinţa tipului de oameni de care ne simţim atraşi sau pe care îi considerăm interesanţi, trebuie să ne dăm seama cât de departe am fost de ţintă.

Dacă am fost departe de ea, atunci vom şti că trebuie să reglăm tirul cu mult. Dacă suntem mai aproape de ţintă, atunci îl reglăm doar puţin. În mod asemănător, dacă cineva este clar diferit de genul nostru, atunci trebuie să căutăm cu totul altceva, dar dacă el sau ea sunt pe aproape, atunci va trebui să găsim ceva nu foarte diferit.

Dacă aţi fi legat la ochi şi de fiecare dată când v-aţi apropia de ţintă cineva v-ar ghida în mod greşit, probabil că nu aţi nimeri

niciodată ţinta. Pentru a ne auto-corecta după fiecare lovitură, trebuie să avem un feedback corect. Înarmaţi cu informaţii precise, putem face ajustările necesare la următoarea tragere. În final vom ochi şi vom lovi ţinta.

DESPĂRŢIRILE BUNE FAC ÎNCEPUTURILE BUNE

Modul în care punem punct unei relaţii şi modul în care evaluăm o întâlnire sunt esenţiale în ajustarea capacităţii de a fi atraşi de persoana potrivită. Secretul siguranţei de a şti că o relaţie duce la o alta, mai aproape de ceea ce vă doriţi, este să fiţi atenţi la felul în care terminaţi relaţiile. Modul în care puneţi punct unei relaţii are un impact enorm asupra calităţii viitoarei voastre relaţii. Despărţirile bune fac începuturile bune.

Atunci când terminaţi o relaţie cu sentimente de ranchiună sau de vină, e mult mai greu să mergeţi mai departe şi să găsiţi persoana potrivită. Destul de des, când se sfârşeşte o relaţie, e posibil să aveţi resentimente pentru că partenerul v-a lăsat baltă sau nu s-a ridicat la nivelul aşteptărilor voastre. Cel mai adesea, femeile simt că s-au implicat prea mult într-o relaţie şi nu au primit în schimb ceea ce aveau nevoie. Prin urmare, au resentimente. Bărbaţii, pe de altă parte, tind să se simtă mai degrabă vinovaţi. Se simt prost pentru că relaţia nu a mers bine şi vinovaţi dacă partenera lor s-a simţit neîmplinită.

Deşi această dinamică – bărbaţii simţindu-se vinovaţi şi femeile având resentimente – este comună, se poate întâmpla să fie şi invers. În general, cel care se simte respins şi abandonat are resentimente. Cel care părăseşte se simte vinovat. În ambele cazuri, rezultatul este acelaşi. Terminăm o relaţie cu inima strânsă.

Fără o inimă deschisă, e mult mai greu să găseşti persoana potrivită. Când avem inima deschisă, putem să ne simţim atraşi şi chiar să ne îndrăgostim de persoana potrivită, sau, cel puţin, să facem progrese în găsirea cuiva mai apropiat de persoana ideală. Când avem inima deschisă, putem fi siguri că ne apropiem de ţinta noastră. Când avem sufletul încărcat, tindem însă să trăim aceleaşi experienţe.

REPETAREA TIPARELOR

Atunci când punem punct unei relații cu resentimente sau vinovăție, vom fi atrași de persoane care ne vor putea ajuta să facem față sentimentelor și situațiilor nerezolvate. Fiecare a făcut greșeli sau lucruri pe care să le regrete. E perfect normal să vă amintiți de lucruri din trecut și să vă spuneți: „Mi-aș dori să nu fi făcut asta." sau „Mi-aș dori să nu fi spus asta." sau „Mi-aș dori să nu fi reacționat așa.", iar apoi să vă spuneți: „Mi-aș dori să mă pot întoarce în trecut și să fac totul altfel.".

Ține de natura omului să vrei să te întorci și să aranjezi sau să schimbi lucrurile pe care le regreți. Atunci când regretăm o relație, tendința noastră naturală este să fim atrași de o altă persoană pe care vom regreta că am cunoscut-o. Vom repeta acest tipar până când îl vom schimba. Pe de altă parte, când avem sentimente pozitive față de experiența unor întâlniri sau a unei relații care s-a sfârșit, ne dezvoltăm abilitatea de a ne auto-corecta și de a merge mai departe. În loc să repetăm și data viitoare tiparul, vom fi atrași de cineva mai apropiat de ceea ce ne dorim.

RELAȚII CARE DUREAZĂ PREA MULT

Unul dintre motivele pentru care oamenii se despart cu sentimente negative este că relația a durat prea mult. Nu recunosc faptul că sunt cu o persoană nepotrivită și merg mai departe. În loc să facă așa, se străduiesc prea mult ca relația să meargă. Încearcă ori să-și schimbe partenerul, ori să se schimbe pe ei înșiși. În timp ce încearcă să facă lucrurile să meargă între ei, înrăutățesc situația. Încercând să facă dintr-o relație aproape perfectă una perfectă, lasă loc frustrărilor și dezamăgirilor. Încercând să facă lucrurile să meargă mai bine, scot ce e mai rău din ei și din partenerii lor.

Asta explică de ce, după despărțire, multe cupluri descoperă că pot fi prieteni mai buni. Când erau împreună, se luptau pentru că, adânc în sufletul lor, încercau fie să-și schimbe prea mult partenerul, fie să se schimbe pe ei înșiși prea mult. După ce au

renunțat să mai încerce să facă dintr-o relație mai mult decât era, partenerii pot avea o relație mult mai prietenoasă și mai plină de tandrețe.

Când încerci să bagi o formă pătrată într-o gaură rotundă, pur și simplu nu va merge, indiferent de ce faci. Dacă încerci să faci lucrurile să se potrivească deși n-au cum, vor avea loc conflicte și se vor face eforturi inutile. La un moment dat trebuie să recunoști că partenerul nu este cel potrivit pentru tine și să treci mai departe.

Bill și Susan au ieșit împreună timp de trei ani. După primii doi ani, Bill nu era sigur că vrea să fie cu Susan, iar Susan încerca să-l convingă de faptul că pot face ca relația să meargă. Cu cât încercau mai mult, cu atât înrăutățeau lucrurile. Susan era mereu suspicioasă că Bill e interesat de alte femei. Deși el îi era fidel, ea îl întreba mereu ce face, unde se duce și ce simte pentru ea. Susan se închise în ea și deveni neîncrezătoare, în timp ce Bill reacționa simțindu-se încolțit, iritabil și distant. În final, după multe certuri amarnice pe motive mărunte, s-au despărțit, amândoi furioși și simțindu-se respinși.

În loc să dea ce aveau mai bun de oferit, relația lor i-a făcut să scoată la iveală părțile cele mai rele. Se certau și se ciorovăiau tot timpul. În mod clar, nu aveau abilități de comunicare bune, dar nici măcar asta nu le-ar fi salvat relația. Nu erau potriviți unul pentru celălalt, dar nu știau cum să pună capăt relației.

CÂND DRAGOSTEA NU ESTE DE AJUNS

În timp ce Bill și Susan treceau prin primele trei etape ale relației, totul mergea bine. Pe măsură ce Bill o cunoștea pe Susan, a început să se gândească că nu e potrivit pentru ea și că ea nu e potrivită pentru el. O iubea, dar nu vroia să se căsătorească cu ea.

Asta nu era de înțeles pentru el și, în mod sigur, nici pentru Susan. Ea îi simțea ezitarea în cadrul relației și îl reconforta. Îi spunea: „Dacă mă iubești, atunci de ce nu vrei să fii cu mine? Cum poți să termini relația asta pur și simplu? Nu e corect. Credeam că mă iubești. Cum poți să mă iubești și să vrei să mă

părăseşti? Era ceva special între noi. Pur şi simplu ţi-e frică de intimitate. Nu ne mai acorzi o şansă..."

Singurul răspuns al lui Bill era acelaşi: „Te iubesc, dar nu cred că eşti persoana potrivită pentru mine." Susan nu vroia să audă asta şi, în final, se certau atât de mult încât s-au despărţit. Nu se puteau hotărî nici unde să meargă să mănânce ceva fără să se certe.

Nici Bill, nici Susan nu ştiau că e perfect normal să începi să cunoşti o persoană, să te îndrăgosteşti de ea şi apoi să descoperi că persoana asta nu e potrivită pentru tine. În loc să pună punct relaţiei cu dragoste, au terminat-o pentru că se certau atât de des încât nu se mai plăceau unul pe celălalt. În lipsa acestei abordări, mulţi oameni pun punct relaţiilor concentrându-se pe partea negativă în loc de cea pozitivă.

CUM ŞTII CĂ O PERSOANĂ ESTE CEA POTRIVITĂ?

Destul de des, oamenii întreabă: „Cum ştii că o persoană este cea potrivită?". Când îi întrebaţi pe cei care ştiu că sunt cu persoana potrivită, în general vor spune ceva de genul: „Păi, nu prea ştiu ce să-ţi spun – pur şi simplu ştii."

Când sufletele pereche se îndrăgostesc, se recunosc pur şi simplu. E la fel de simplu ca atunci când îţi spui că azi e soare afară sau că apa pe care o bei e rece şi revigorantă sau că piatra pe care o ai în mână e solidă. Când eşti cu persoana potrivită, ştii pur şi simplu. Această recunoaştere nu depinde în nici un fel de vreo lungă listă de motive şi calificări. Dragostea adevărată e necondiţionată. Când întâlneşti persoana potrivită „ştii pur şi simplu" şi-ţi petreci restul vieţii descoperind de ce el sau ea este persoana potrivită.

În timp ce răspunsul acesta este adevărat, e, de asemenea, înşelător. Poate însemna că dacă nu „ştii pur şi simplu", eşti cu o persoană nepotrivită. Asta nu e adevărat în mod necesar. Cel mai precis răspuns la această întrebare este că „ştii pur şi simplu" atunci când ai creat condiţiile potrivite pentru a şti, când inima ţi se deschide şi când se întâmplă să fii cu persoana potrivită. Dacă

îţi deschizi inima şi se întâmplă să fii cu o persoană nepotrivită, atunci „ştii pur şi simplu" că eşti cu o persoană nepotrivită.

Această recunoaştere a persoanei cu care vrei să-ţi petreci viaţa vine odată cu deschiderea inimii. Chiar dacă eşti cu persoana potrivită, nu poţi „să ştii pur şi simplu" dacă nu creezi mai întâi condiţiile potrivite pentru a-ţi deschide inima faţă de cineva. Parcurgerea celor cinci etape ale unei relaţii creează condiţiile potrivite pentru a vă dezvolta capacitatea de a „şti pur şi simplu" atunci când persoana potrivită îţi iese în cale. De asemenea, te ajută să „ştii pur şi simplu" când eşti cu o persoană nepotrivită. Odată ce eşti capabil să „ştii pur şi simplu", partea mai uşoară e să găseşti sau să fii găsit de persoana potrivită. Fiecare decizie pe care o iei te va aduce mai aproape de ţintă.

CE NU ÎNŢELEG MULŢI CELIBATARI

Mulţi celibatari nu înţeleg lucrul acesta simplu. În mod greşit, ei cred că, dacă iubeşti pe cineva, ar trebui să vrei să ai o relaţie cu el sau ea. Acest lucru nu este adevărat. Cu cât o persoană este mai apropiată de partenerul ideal, cu atât va creşte capacitatea voastră de a considera că vă merită iubirea, dar persoana respectivă poate totuşi să nu fie cea potrivită. Doar pentru că iubiţi pe cineva nu înseamnă că el sau ea este alesul.

Mulţi oameni devin confuzi atunci când se îndrăgostesc. Cred că dacă iubesc pe cineva ar trebui să vrea să fie împreună pentru totdeauna. Dacă vă despărţiţi, vor presupune în mod greşit că nu i-aţi iubit *cu adevărat* şi, în consecinţă, se vor simţi trădaţi. Oamenii nu-şi dau seama că dragostea nu este de ajuns. Dacă descoperă că partenerul lor nu este cel potrivit, ori se simt vinovaţi să pună punct relaţiei, ori se concentrează inutil pe ceea ce nu merge în relaţie pentru a justifica despărţirea.

Unii oameni vor deveni automat mai critici şi mai raţionali pentru a justifica încheierea unei relaţii. Când cuplurile nu ştiu cum să termine o relaţie cu dragoste, scot la suprafaţă părţile cele mai rele din ei şi din partenerii lor.

DE CE E NEVOIE

În cele mai multe cazuri, este nevoie de timp şi de parcurgerea celor cinci etape ale relaţiei înainte de a putea recunoaşte adevăratul partener de viaţă, sufletul pereche. Desigur, există jocuri şi modalităţi de manipulare pentru a face pe cineva să vă iubească şi să vrea să se căsătorească cu voi. Dar dacă o persoană nu este potrivită, nu puteţi fi siguri că veţi trăi fericiţi până la adânci bătrâneţi. Unul dintre motivele pentru care astăzi au loc atât de multe divorţuri este că oamenii nu trec prin cele cinci etape. Trec în grabă prin ele sau sar peste câteva.

Există jocuri şi modalităţi de manipulare pentru a face pe cineva să vă iubească şi să vrea să se căsătorească cu voi, dar asta nu garantează că vă potriviţi.

Pentru generaţiile precedente era normal să se căsătorească fără să se cunoască înainte, căci la baza căsătoriei era nevoia de siguranţă. Strămoşii noştri erau motivaţi în găsirea unei perechi în principal pentru a asigura supravieţuirea lor şi a copiilor lor. Cei din generaţia părinţilor noştri au învăţat să fie iubitori şi au ajuns să se iubească unul pe celălalt. Dar asta nu garanta că dragostea va dura.

Pentru cele mai multe cupluri din istorie, căsătoria însemna sfârşitul romantismului. Niciodată în istorie dragostea fără de sfârşit nu a fost asociată cu căsătoria. Dacă e să găsim un partener alături de care dragostea şi pasiunea noastră să crească, el sau ea trebuie să fie foarte special – cineva ales şi recunoscut cu sufletul. E o decizie luată de inima noastră, dar care pare uneori de parcă ar fi fost luată de îngeri.

GĂSIREA UNUI SUFLET PERECHE

Un suflet pereche este o persoană care are capacitatea unică de a scoate la iveală ce e mai bun în noi. Sufletele pereche nu sunt fiinţe perfecte, dar sunt perfecte pentru noi. Chiar dacă pot scoate la iveală ce e mai bun în noi, fără bune abilităţi de comunicare pot scoate şi ce e mai rău în noi şi viceversa. Nu

suntem atraşi de el sau ea doar din punct de vedere fizic; suntem atraşi şi la nivel spiritual.

În principiu sunt patru tipuri de atracţie între partenerii care ies împreună: fizică, emoţională, mentală şi spirituală. Atracţia fizică dă naştere dorinţei. Cea emoţională, afecţiunii. Cea mentală creează interes. Cea spirituală duce la dragoste. Un suflet pereche le trezeşte pe toate patru.

ATRACŢIA FIZICĂ NU ESTE DE AJUNS

Singură, atracţia fizică e de scurtă durată. Un bărbat poate fi uşor atras de o femeie seducătoare care-i promite fără reţinere o recompensă de natură sexuală. Pentru mulţi bărbaţi tineri, doar posibilitatea de a face sex îi face să fie atraşi din punct de vedere fizic. După câteva întâlniri scurte în care se consumă pasiunea fizică, atracţia se va spulbera repede.

În calitate de consilier, am fost uimit să descopăr un tipar izbitor. Destul de des, femeile care erau deosebit de atrăgătoare, care arătau ca manechinele şi starurile de cinema, sau, în unele cazuri, chiar erau, se plângeau de acelaşi lucru. Soţii lor nu erau atraşi de ele din punct de vedere sexual. Rămâneam fără cuvinte. Nu puteam să-mi imaginez un bărbat singur care să nu fie atras de aceste femei. Totuşi, era adevărat. Într-un final mi-am dat seama de ce.

Aceste femei au fost curtate de bărbaţi care erau atraşi de ele în principal din punct de vedere sexual, dar care nu au ajuns să le cunoască prea bine. Când un bărbat se simte atras de o femeie din punct de vedere sexual, *crede* destul de des că o cunoaşte; se simte interesat de ea, o place, chiar crede că o iubeşte. Adevăratul test este să o placă şi să o iubească şi după ce ajunge s-o cunoască. Deşi poate fi percepută ca dragoste, nu e mereu un sentiment real şi de durată. Când o relaţie trece testul timpului, atunci dragostea este reală.

Aceşti bărbaţi care au încetat să mai fie atraşi de partenerele lor, nu le-au înşelat. Ambii parteneri erau responsabili. Puseseră prea mult accent pe aspectul fizic al relaţiei şi nu şi-au dat şansa

să se cunoască şi să se iubească îndeajuns de mult pentru a descoperi dacă erau sau nu suflete pereche.

Când atracţia fizică nu este susţinută de atracţia mentală, emoţională şi spirituală, atunci nu poate dura şi creşte în timp. Odată ce plăcerile şi pasiunile trupeşti sunt experimentate fără pasiunile corespunzătoare ale minţii, inimii şi sufletului, atracţia fizică se va spulbera. Atracţia fizică poate fi susţinută pentru toată viaţa doar dacă izvorăşte din atracţia minţii, inimii şi sufletului.

DRAGOSTEA DIN SUFLET ŞI DE DURATĂ

Sufletul e partea cea mai constantă din noi. Când sufletul e atras de cineva şi recunoaşte un partener, atunci atracţia fizică, emoţională şi mentală faţă de acea persoană poate fi întreţinută, căci simţim o atracţie spirituală. Atracţia fizică de durată trebuie să-şi aibă sursa în sufletele noastre.

La nivelul sufletului, suntem la fel pe tot parcursul vieţii. Sufletul copilului e acelaşi cu cel al persoanei care eşti acum. Eşti tu toată viaţa. Sufletul este partea din tine care nu se schimbă. Pe de altă parte, felul în care arăţi, modul în care simţi şi gândeşti se schimbă.

Cele mai mari schimbări au loc la nivel fizic. În plan fizic, totul e într-o continuă schimbare. Pe plan emoţional ne schimbăm mai puţin. Toţi adulţii se pot întoarce cu uşurinţă în trecut şi pot simţi multe dintre lucrurile pe care le simţeau în copilărie sau tinereţe. În plan mental, schimbarea este chiar mai mică. Tindem să fim interesaţi de acelaşi gen de lucruri pe tot parcursul vieţii. Cu siguranţă, au loc schimbări, dar în mod sigur mai puţine decât la nivel fizic. Pe plan spiritual suntem mereu la fel.

Sufletul este ceea ce rămâne când dai la o parte corpul, mintea şi inima. Sufletul are un potenţial căruia îi trebuie o viaţă întreagă pentru a fi exploatat în totalitate. Când un cuplu e format din suflete pereche, când sufletele se recunosc şi se iubesc unul pe altul iar cei doi sunt atraşi unul de celălalt din punct de vedere fizic, emoţional şi mental, atunci această dragoste nu numai că poate dura, dar poate continua să crească şi să devină mai profundă pe măsură ce trec

anii. Asta nu înseamnă că totul va merge de la sine, fără efort. Înseamnă doar că aveţi potenţialul de a reuşi.

CU INIMA DESCHISĂ

În primele faze ale întâlnirilor, când inima nu ne este complet deschisă faţă de celălalt, depindem de sentimentele de atracţie şi interes pentru a găsi persoana potrivită. Sentimentele de atracţie şi interes nu pot duce decât la o relaţie care să ne satisfacă nevoile emoţionale. Odată ce nevoile noastre emoţionale reîncep să fie satisfăcute într-o relaţie, inimile încep să ni se deschidă şi trăim o dragoste şi o intimitate adevărate. Chiar şi atunci când ajungem să ne cunoaştem partenerul cu dragoste, nu este încă sigur că îl vom alege ca suflet pereche.

Putem simţi o dragoste profundă, din suflet, dar acea persoană poate totuşi să nu fie cea potrivită. Găsirea unei iubiri profunde şi de durată nu înseamnă neapărat că persoana respectivă este cea potrivită. Când unele persoane presupun că a iubi pe cineva înseamnă căsătorie, nu-şi pot deschide inimile pentru a simţi dragostea fiindcă nu sunt sigure că vor să se căsătorească cu acea persoană.

În această situaţie imposibilă se găsesc adesea bărbaţii. Un bărbat simte dacă o femeie vrea să ştie dacă e iubită. Nu vrea să împărtăşească aceste sentimente pentru că, dacă o face, ea se va aştepta să fie cerută în căsătorie şi va fi foarte rănită dacă el nu o face. În filmele siropoase, să iubeşti pe cineva înseamnă să vrei să te căsătoreşti cu acea persoană. În viaţa reală nu se întâmplă mereu aşa.

CĂSĂTORIA ESTE O ALEGERE

Căsătoria este o alegere, dar nu ca oricare alta. Nu te căsătoreşti cu orice persoană pe care o iubeşti. În loc să se întâmple aşa, mai întâi găseşti dragostea şi abia apoi eşti capabil să iei decizia corectă. Aşa cum am descoperit deja, iubirea adevărată faţă de o persoană nu înseamnă neapărat că acea persoană este cea potrivită. Trăirea unei iubiri adevărate ne deschide sufletul. Cu această deschidere, vom putea apoi să ştim de ce are nevoie sufletul nostru.

Alegerea sufletului pereche nu este o chestiune mentală bazată pe argumentele pro şi contra ale unei relaţii. Nu e o decizie emoţională bazată pe felul în care diferite persoane te fac să te simţi. Nu e o decizie referitoare la fizic, bazată pe felul în care arată o persoană. E ceva mult mai profund. Când sufletul nostru vrea să se căsătorească cu partenerul ales, ne simţim de parcă am avea de păstrat o promisiune pentru care am venit pe lume.

Ne simţim ca şi cum am fi hărăziţi să fim împreună şi să împărţim viaţa astfel.

Când sufletul nostru vrea să se căsătorească cu partenerul ales, ne simţim de parcă am avea de păstrat o promisiune pentru care am venit pe lume

---

Atunci când sufletul nostru vrea să se căsătorească, simţim că nu avem de ales. Trebuie să o facem dacă e să fim sinceri cu noi înşine. Este genul de angajament care poate face ca întreaga viaţă să fie plină de dragoste. Ne dă putere să facem sacrificiile necesare şi să trecem peste greutăţile ce vin în mod inevitabil odată cu căsătoria; ne binecuvântează cu un incomparabil sentiment de bucurie şi de împlinire.

Multe cupluri asociază în mod greşit dragostea cu persoana potrivită pentru căsătorie pentru că numai atunci când inimile ne sunt deschise şi pline de dragoste putem cunoaşte pe cineva şi ne putem da seama de adevărul din inimile noastre. Putem alege persoana potrivită numai atunci când avem inima deschisă, dar este, de asemenea, adevărat că putem şti cu siguranţă că o persoană nu este potrivită în aceleaşi condiţii – o inimă deschisă.

Înţelegând acest lucru, vom fi liberi să punem punct relaţiilor fără să ne simţim vinovaţi şi fără să avem resentimente. În loc să ne simţim înşelaţi fiindcă o persoană ne-a iubit şi ne-a respins, mai bine să ne dăm seama că: „Da, m-ai iubit, dar nu eram potriviţi unul pentru celălalt. Nu eram persoana potrivită pentru tine. Sunt dezamăgit şi rănit, dar te pot ierta şi-ţi pot ura numai bine. Acum pot merge mai departe pentru a găsi persoana potrivită pentru mine." Haideţi să vedem un exemplu.

Când Bill a respins-o pe Susan

Când Bill a respins-o pe Susan, atitudinea ei a fost: „Am fi putut face ca relaţia asta să meargă dacă tu ţi-ai fi luat un angajament faţă de mine, dacă ai fi primit ajutor. Dacă ţi-ar fi păsat mai mult şi dacă te-ai fi străduit mai mult, am fi putut face ca relaţia să meargă. Dacă nu ţi-ai fi petrecut atât de mult timp muncind şi dacă m-ai fi susţinut mai mult, atunci am fi putut să ne căsătorim şi să trăim fericiţi până la adânci bătrâneţi. Dar nu. A trebuit să strici totul şi să te dai bătut. Despărţirea asta mi-a distrus viaţa. Erai persoana ideală pentru mine, iar acum mi-ai irosit trei ani din viaţă."

În timpul şedinţelor de consiliere, renunţa să mai lupte, întrebându-se: „Cum se poate ca o persoană pe care o iubeşti atât de mult să nu fie cea potrivită? De ce trebuie să se termine relaţia asta?". Când o asiguram că va găsi pe cineva mai bun, pur şi simplu refuza să creadă.

Până la un numit nivel, aproape toţi cei care au fost respinşi într-o relaţie au simţit ceva de felul celor simţite de Susan. Cu siguranţă, e normal să ai genul acesta de sentimente, dar ele trebuie îndepărtate şi înlocuite de sentimente pozitive de dragoste şi iertare.

Când Susan s-a implicat din nou într-o relaţie

După vreo trei luni, Susan s-a implicat într-o nouă relaţie. S-a îndrăgostit puternic de Jack. Totul a mers bine aproape un an, după care Susan şi-a dat seama că Jack nu era persoana potrivită pentru ea. Îl iubea pe Jack, dar pe măsură ce ajungea să-l cunoască mai bine, îşi dădea seama că nu era persoana potrivită pentru ea.

Când încercă să pună punct relaţiei ei cu Jack, acesta o tot ruga să se mai gândească şi să mai încerce o dată. Susan se simţea vinovată că îl părăseşte pe Jack pentru că el părea atât de rănit. Au mai încercat câteva luni, dar într-un final Susan şi-a dat seama că lucrurile mergeau şi mai rău. Chiar îl auzi pe Jack spunând despre ea lucruri pe care ea i le spusese lui Bill atunci când acesta vroia să se despartă de ea.

De-abia atunci Susan a acceptat ideea că poţi iubi pe cineva fără să vrei să te căsătoreşti cu el. În cadrul şedinţelor individuale

de consiliere, Susan a fost în sfârşit capabilă să-l ierte pe Bill. Acum putea să înţeleagă de ce plecase. Înainte pur şi simplu nu înţelegea. Cu această nouă percepţie a lucrurilor, putea acum să se gândească la Bill într-o manieră prietenească; era pregătită să se elibereze de resentimente.

De asemenea, a fost capabilă să termine relaţia cu Jack fără să se simtă vinovată sau rea. În inima ei ştia că Jack nu era alesul şi că, dacă va găsi persoana potrivită, va trebui să meargă mai departe. În trecut s-ar fi simţit vinovată şi ar fi tras de relaţie până când lucrurile s-ar fi înrăutăţit de tot. De data aceasta a fost capabilă să treacă mai departe, cu un sentiment de compasiune pentru Jack, dar nu cu vinovăţie. Era recunoscătoare pentru timpul petrecut împreună, dar era pregătită să pună punct relaţiei.

Peste trei luni, Susan l-a întâlnit pe Tom. Au trecut repede prin cele cinci etape ale relaţiei. După nouă luni s-au căsătorit. Sunt suflete pereche şi trăiesc fericiţi împreună de doisprezece ani. Se aşteaptă să îşi petreacă restul vieţii împreună. Acum Susan e foarte recunoscătoare pentru faptul că Bill a fost destul de curajos să-şi urmeze inima şi să pună capăt relaţiei. În final şi Bill a mers mai departe şi şi-a găsit sufletul pereche.

Povestea lui Susan arată cât de important este să înţelegi că dragostea nu este de ajuns şi să termini relaţiile într-un mod pozitiv. Eliberându-se într-un final de resentimente şi vinovăţie, Susan şi Bill au reuşit să-şi găsească sufletele pereche.

CUM NE PREGĂTIM PE NOI ÎNŞINE

Prima provocare în procesul întâlnirilor este aceea de a renunţa la căutarea sufletului pereche şi a te concentra în schimb la pregătirea în vederea recunoaşterii sufletului pereche atunci când acesta apare. Cei mai mulţi oameni găsesc sau sunt găsiţi de sufletul pereche atunci când nu îl caută cu adevărat. Când vei fi pregătit, sufletul pereche va apărea.

Cei mai mulţi oameni găsesc sau sunt găsiţi de sufletul pereche atunci când nu îl caută cu adevărat.

În mare parte, această pregătire constă în cunoaşterea sinelui. La fel ca adolescenţii, încă mai învăţăm ce înseamnă să fii masculin sau feminin. Întâlnirile cu persoane de sex opus sunt incitante pentru că învăţăm mai multe nu numai despre sexul opus, dar şi despre noi înşine. Tinerii nu merg la întâlniri pentru a-şi găsi sufletul pereche, ci pentru a învăţa mai multe despre ei înşişi şi pentru a-şi explora sentimentele de atracţie.

Aceste sentimente de atracţie sunt în general iubiri trecătoare. Putem să credem că iubim pe cineva, când de fapt suntem doar îndrăgostiţi. Suntem entuziasmaţi anticipând relaţia cu cineva, dar apoi, când începem să-l sau s-o cunoaştem, ne mai trece entuziasmul. Cu siguranţă că simţim o atracţie, o afecţiune şi un interes real, dar aceste sentimente încă nu s-au copt pentru a deveni dragoste adevărată, din suflet. Parcurgerea acestui proces este însă o parte importantă a pregătirii sinelui pentru găsirea persoanei potrivite.

Câteodată, după ce o relaţie se termină sau atunci când ne simţim respinşi, chiar dacă suntem mult mai în vârstă, pentru un timp va trebui să mergem la întâlniri doar pentru a ne recăpăta încrederea în noi înşine. Odată ce ne simţim siguri că suntem atrăgători pentru sexul opus, suntem pregătiţi să trecem de prima etapă a întâlnirii şi să ne gândim mai serios la o relaţie bazată pe exclusivitate.

AUTONOMIA STĂ LA BAZA INTIMITĂŢII

În general, după vârsta de douăzeci de ani începem să ne cunoaştem cu adevărat pe noi înşine ca fiinţe autonome, cu iniţiative diferite de ale părinţilor noştri şi nu în totalitate dependenţi de ei. Avem nevoie să experimentăm şi să descoperim cine suntem, ce ne place, ce nu ne place, ce putem face, de ce avem nevoie şi de ce nu.

Pe măsură ce devenim mai autonomi şi mai maturi, începem în mod automat să ne dorim mai mult de la relaţiile noastre.

Chiar şi la şaizeci şi cinci de ani, dacă tocmai am pus punct unei relaţii de durată sau unei căsnicii, suntem din nou asemenea

unui tânăr de douăzeci de ani. Primul test este să ne simţim din nou autonomi. Acest sentiment al autonomiei stă la baza intimităţii. În timp ce ne revenim, în loc să căutăm pe cineva cu care să împărţim viaţa, suntem ca un flămând în căutarea mâncării. Căutăm pur şi simplu pe cineva care să ne hrănească. Ca să fim pregătiţi pentru intimitate şi astfel capabili să recunoaştem persoana potrivită, trebuie ca mai întâi să fim capabili să ne hrănim pe noi înşine. Doar atunci ne vom putea bucura dând şi primind hrană de la un partener.

Indiferent de vârstă, pe măsură ce ne simţim mai independenţi şi mai autonomi, nu mai suntem mulţumiţi doar cu întâlnirile cu persoane atrăgătoare, drăguţe şi interesante. Ne dorim ceva mai mult decât distracţie şi timp petrecut împreună într-un mod plăcut. Ne dorim şansa unei cunoaşteri mai profunde şi mai bogate a celuilalt şi pe aceea de a fi cunoscuţi în acelaşi mod. Aproape automat, începem să simţim nevoia de a descoperi ceea ce poate oferi o relaţie plină de dragoste şi bazată pe exclusivitate.

SUFLETELE PERECHE NU SUNT PERFECTE

O altă idee importantă privind sufletele pereche este că nu sunt niciodată perfecte. Nu vor avea tot ce e pe lista ta de calităţi ideale. Vin cu un bagaj. La fel ca tine, şi ele au zile bune şi zile proaste. Poate nu arată aşa cum ai crezut tu că ar arăta, poate au defecte cu care să nu te împaci prea bine. Nu sunt perfecte, dar când inima îţi este deschisă şi le cunoşti, sunt într-un fel perfecte pentru tine.

Dragostea pe care o simţi în mod spontan pentru cineva este fundaţia deprinderii de a-ți împărţi viaţa cu cineva diferit de tine în multe aspecte. Această dragoste te motivează să cooperezi, să respecţi, să apreciezi, să iubeşti cu tandreţe şi să admiri acea persoană. În acest proces, care nu e mereu uşor şi comod, devii o persoană mai bună. Sufletul tău are şansa de a evolua.

Când o omidă se transformă în fluture, nu e un proces uşor. Micul fluturaş se chinuieşte să se elibereze din cocon. Tot în această luptă de eliberare, fluturele îşi deschide aripile şi îşi dezvoltă forţa necesară pentru a zbura. Dacă, din compasiune, tai

coconul pentru a ajuta fluturele, niciodată nu-şi va dezvolta forţele pentru a zbura. Şi, în loc de asta, va muri.

Dacă partenerul tău de viaţă nu te provoacă într-un fel sau altul, nu vei putea da ce ai mai bun în tine. Sufletele pereche sunt cei mai buni parteneri care pot scoate la suprafaţă cele mai bune părţi ale voastre, iar uneori acest lucru se realizează trecând prin greutăţi. Într-o căsnicie trebuie să treceţi peste tot felul de tendinţe negative – de a fi judecat prea categoric, de a fi prea critic, prea egoist, îngăduitor, exigent, neajutorat, rigid, conciliant, prea sigur pe părerea ta, prea nesigur, prea nerăbdător şi aşa mai departe. Un suflet pereche îţi dă şansa de a te ridica deasupra acestor tendinţe. Când partea întunecată iese la suprafaţă, devii mai puternic şi mai tandru, folosindu-te de dragostea pe care o simţi în adâncul inimii pentru a rezolva o problemă. În acest proces sufletul tău, la fel ca fluturele, are şansa de a zbura liber.

CÂND NU TE POŢI HOTĂRÎ

Dacă eşti genul care se aşteaptă să fie totul perfect, poţi să nu fii niciodată satisfăcut de o persoană dacă nu eşti capabil să-ţi deschizi mai întâi inima. Când nu te poţi hotărî în privinţa unei persoane, secretul succesului este să dai o şansă relaţiei, până „ştii pur şi simplu". Apoi, dacă aceea este persoana potrivită, vă logodiţi. Dacă nu, vă despărţiţi şi nu te uiţi în urmă pentru cel puţin un an. Haideţi să vedem un exemplu.

Richard are patruzeci şi şapte de ani. Nu a fost niciodată căsătorit, dar a ieşit cu sute de femei. E atrăgător, şarmant, a reuşit în viaţă şi vrea să se căsătorească. A avut câteva iubite speciale, dar nu a fost niciodată capabil să se aşeze la casa lui. Lipsea ceva. Aşa le descrie el pe aceste femei speciale:

> Sarah era minunată; era plină de viaţă şi energie, adică tot ce nu eram eu. Îmi plăcea cum mă simţeam în preajma ei. Eram aproape de căsătorie, dar ea nu vroia să se mute şi nici eu nu vroiam.
>
> Carol m-a iubit mereu exact aşa cum eram. Îi plăcea să stea cu mine şi ne simţeam minunat împreună. Într-adevăr,

era atât de minunată încât nu puteam cere mai mult, în afară de faptul că nu era aşa plină de viaţă şi de energie ca Sarah.

Mary era cea mai frumoasă femeie pe care am întâlnit-o vreodată. Era o femeie inteligentă şi de succes şi mă simţeam mereu mândru când ieşeam cu ea în public. M-am gândit să mă căsătoresc cu ea, dar nu era atât de îngăduitoare precum Carol. Lui Carol îi plăcea totul la mine. Cu Mary simţeam că trebuie să fiu mereu atent. Îmi plăcea sentimentul acela, dar nu cred că mi-aş putea trăi viaţa aşa.

Richard putea să compare femeile ore în şir. Ideea era că aştepta o femeie care să le aibă pe toate. Cu cât avea mai multă experienţă cu femeile, cu atât mai multe calităţi cerea de la sufletul pereche. Richard compara mereu pentru că era în căutarea perfecţiunii. Vroia să aibă totul.

IMPORTANŢA EXCLUSIVITĂŢII

În afară de ignorarea faptului că un suflet pereche nu e perfect, principalul motiv pentru care Richard era încurcat era că niciodată nu ieşea doar cu o femeie. Niciodată nu avea o relaţie bazată pe exclusivitate. Nu-şi acorda şansa de a-şi deschide inima faţă de o singură femeie. După ce era atras de o femeie, în loc să stea cu ea în perioada de nesiguranţă, se simţea nesigur şi începea să facă comparaţii, căutând şi alte femei. Avea mereu o variantă de urgenţă, pe cineva cu care să fie în caz că relaţia respectivă nu mergea.

Înainte de a-şi deschide inima în faţa unei femei şi de a risca să fie respins, găsea o alternativă. În consecinţă, nu a avut niciodată şansa de a fi cu o singură femeie mai mult de şase luni. În cadrul tuturor relaţiilor lui speciale sărea de etapa exclusivităţii, ajungând în stadiul al patrulea (al intimităţii) şi apoi din nou în al doilea stadiu (nesiguranţa).

Când era nesigur, remarca şi alte femei şi începea să le curteze. Trecând înainte şi înapoi de la o etapă la alta şi de la o parteneră la alta, nu era niciodată capabil să găsească în inima lui răspunsul la întrebarea dacă o femeie e sau nu potrivită pentru el.

De ce Richard nu se putea angaja

Era, cu siguranţă, vorba de nişte experienţe din copilărie care agravau această tendinţă a lui Richard, dar incapacitatea lui de a se angaja îşi avea rădăcinile în eşecul lui de a parcurge toate cele cinci etape ale relaţiei. Nu i s-a explicat niciodată de ce exclusivitatea era aşa de importantă, ca o pregătire pentru a putea recunoaşte persoana potrivită. El credea că mai întâi trebuie să ajungă la intimitate cu persoana potrivită şi de-abia apoi să îi acorde exclusivitate, în loc să i-o acorde mai întâi (etapa a treia) şi apoi să devină intim (etapa a patra).

Totuşi, se uită înapoi la multe dintre femeile pe care le-a iubit şi simte că patru sau cinci dintre ele ar fi fost perfecte dacă erau doar puţin diferite. Încă îşi mai zice: „Poate că ea era aleasa; poate că era cea mai bună parteneră pe care aş fi putut-o avea."

Deşi Richard nu are resentimente şi nu se simte vinovat, se simte incomplet. Nu îi e clar dacă vreuna dintre aceste femei era cea potrivită. Dacă nu îşi acordă într-un final şansa de a afla, fiindu-i fidel măcar uneia, nu va afla niciodată.

Dacă nu află că direcţia în care merge e greşită, nu va fi niciodată capabil să se corecteze şi să se îndrepte în altă direcţie pentru a nimeri ţinta. În mintea lui, încă mai e convins că există patru sau cinci direcţii bune de urmat. Punând punct relaţiilor într-un fel incomplet, şi-a sabotat în mod inconştient capacitatea de a-şi găsi sufletul pereche. Una dintre aceste femei ar putea fi sufletul lui pereche, iar el nici măcar n-o ştie.

Singura lui speranţă este să înceteze să mai facă comparaţii şi să caute perfecţiunea. Ar trebui să găsească o femeie de care să fie atras, care să aibă un anume potenţial şi alături de care să treacă prin cele patru etape. Atunci va reuşi să-şi dezvolte capacitatea de a „şti pur şi simplu". Chiar dacă „ştie pur şi simplu" că această femeie nu este potrivită pentru el, măcar ştie. Pornind de aici, va găsi modalitatea prin care să fie sigur că următoarea lui relaţie va fi mai aproape de cea ideală.

În timp ce Richard se simte incomplet în privinţa relaţiilor lui din trecut, Jason, care are treizeci şi doi de ani, se vede cu şase femei în acelaşi timp. Pur şi simplu nu se hotărăşte. Gândeşte aşa: „Atâtea femei frumoase, cum poţi să te hotărăşti?" Îi e greu să se decidă pentru că se împotmoleşte în etapa a doua (nesiguranţa) şi apoi sare la etapa a patra (intimitatea).

Se întâlneşte cu o femeie câteva săptămâni sau luni. Pe măsură ce se cunosc şi trăiesc adevărata intimitate, îndoielile îi revin şi se implică într-o relaţie cu una dintre celelalte iubite, căci încă nu se angajase să fie fidel. Trecând de la una la alta, el nu e şi nu va fi vreodată în stare să se aşeze la casa lui.

Aşa cum Jason face o greşeală întâlnindu-se cu atât de multe femei, femeile care se întâlnesc cu Jason fac şi ele o mare greşeală. Sunt dispuse să facă dragoste cu el fără să fie asigurate în vreun fel de fidelitatea lui. Aceste femei fac greşeala obişnuită de a curta un bărbat mai mult decât le curtează el pe ele.

Jason vorbea cu toate partenerele despre problemele din viaţa lui, inclusiv de dificultăţile din relaţiile cu alte femei. Acest gen de discuţii intime e complet nepotrivit şi ajunge să îl facă pe bărbat şi mai dispus să joace pe mai multe fronturi. O femeie nu trebuie să se poarte cu un bărbat ca şi cum i-ar fi fidelă şi apropiată dacă el încă se mai vede cu alte femei. Şi nu ar trebui să creadă în mod greşit că, dacă îl ascultă şi e înţelegătoare, el se va convinge că ea este aleasa.

Când o femeie face greşeala de a se întâlni cu un bărbat şi de a se purta ca şi cum ar avea o relaţie bazată pe exclusivitate şi intimitate, când adevărul e că el se întâlneşte şi cu alte femei, atunci acelui bărbat îi va fi foarte dificil să fie vreodată sigur şi să recunoască în ea sufletul pereche.

ÎMBUNĂTĂŢIREA PUTERII DE A DISCERNE

De fiecare dată când folosim întâlnirile ca şansă de a trece prin diferitele etape, abilitatea noastră de a discerne şi a recunoaşte

persoana potrivită creşte. Chiar şi persoanele nepotrivite devin persoane potrivite care ne ajută să ne auto-corectăm şi să mergem mai departe. Asigurându-te că acţionezi corect pentru etapa relaţiei în care te găseşti, îţi cresc semnificativ şansele de a găsi într-un final persoana potrivită.

Această înţelegere a celor cinci etape ale unei relaţii te va pregăti să recunoşti dacă dragostea adevărată şi de durată este sau nu posibilă alături de o anumită persoană. Timpul pe care îl petreci într-o relaţie nu e un timp pierdut dacă înveţi din asta şi dacă pui punct relaţiei într-un mod pozitiv. De fiecare dată când îţi urmezi inima şi mai apoi recunoşti cinstit că acea persoană nu e potrivită pentru tine, ai făcut, cu siguranţă, un pas înainte în căutarea persoanei potrivite.

DE CE CUPLURILE AMÂNĂ SĂ SE CĂSĂTOREASCĂ

Statisticile recente privind căsătoria arată că atât bărbaţii, cât şi femeile, aşteaptă mai mult până să se căsătorească. Unii oameni se îngrijorează crezând că este o problemă, când, de fapt, este semnul unei mai mari înţelepciuni la cuplurile tinere. Aşteaptă înainte de a se căsători. Aşteaptă ca mai întâi să-şi dea seama cine sunt, ce pot face, ce vor să facă şi încotro se îndreaptă, înainte de a se decide să se angajeze într-o căsnicie. E un lucru înţelept să te cunoşti mai întâi pe tine şi de-abia apoi să încerci să împarţi cu celălalt viaţa în cadrul căsătoriei.

E un lucru înţelept să te cunoşti mai întâi pe tine şi de-abia apoi să încerci să împarţi cu celălalt viaţa în cadrul căsătoriei.

Când oamenii se căsătoresc înainte de a se simţi autonomi, îşi asumă riscul de a depinde într-o prea mare măsură unul de celălalt în ceea ce priveşte dragostea. Nu au şansa de a se bucura de un nivel suficient de independenţă pentru a descoperi cum pot să se împlinească fără să aibă un partener de care să depindă. În loc să mai aştepte câţiva ani pentru a se elibera de dependenţa faţă de părinţii lor şi pentru a deveni independenţi, înlocuiesc părinţii cu partenerul în ceea ce priveşte dragostea şi sprijinul.

Grăbindu-se să intre într-o relaţie intimă, pot rata şansa de a-şi dezvolta încrederea în sine, siguranţa şi autonomia necesare pentru a face ca un mariaj să funcţioneze.

Aşa cum mutatul din casa părinţilor este un pas important în procesul de maturizare, a locui separat de partener este la fel de important. Găsirea satisfacţiei locuind singur şi împărţind o locuinţă cu prieteni de acelaşi sex constituie o fundaţie solidă pentru o viitoare viaţă împărţită cu o persoană de sex opus.

Aşa cum mutatul din casa părinţilor este un pas important în procesul de maturizare, a locui separat de partener este la fel de important.

Atunci când nu suntem mulţumiţi de munca şi prieteniile noastre, suntem atraşi de cineva care ne poate umple viaţa, nu de cineva cu care să împărţim viaţa. În loc să fim împreună pentru a da pe afară, suntem împreună doar pentru a umple paharul. Înţelegând acest lucru, pare evident faptul că împlinirea de sine ca persoană celibatară este baza găsirii persoanei potrivite şi a unui mariaj reuşit.

ÎNŢELEPCIUNEA DE A FACE PAŞI MICI

Asta nu înseamnă că un cuplu nu poate reuşi dacă cei doi se căsătoresc repede; înseamnă doar că vor avea mai multe hopuri de trecut. Dacă un cuplu are dubii – mai ales dacă cei doi au douăzeci şi ceva de ani – trebuie să facă paşi mici. Adevărul trist este că multe cupluri ce s-au căsătorit sunt formate din suflete pereche, dar nu sunt conştienţi de asta. Procesul întâlnirilor şi pregătirilor pentru căsătorie a fost cumva ratat şi, în consecinţă, cei doi nu şi-au găsit niciodată legătura spirituală. Asta nu înseamnă că, odată căsătoriţi nu o mai pot găsi, dar este mult mai uşor de găsit trecând conştiincios prin cele cinci etape ale unei relaţii.

Până la urmă, secretul succesului este răbdarea de a ajunge să-l cunoşti cu adevărat pe celălalt. Vechea zicală: „A cunoaşte înseamnă a iubi" se aplică unui suflet pereche. Trecerea prin cele cinci etape vă asigură şansa de a cunoaşte în profunzime pe

cineva şi de a trăi cele mai bune momente alături de acea persoană înainte de căsătorie.

Cu siguranţă, e posibil să ai noroc şi să te căsătoreşti pe loc cu o persoană, fără a trece prin toate etapele, dar pentru cei mai mulţi oameni, pentru a şti că sunt cu persoana potrivită şi pentru a se asigura că pasiunea va continua şi după căsătorie, este foarte util să se treacă prin toate cele cinci etape înainte de căsătorie.

Dacă v-aţi desăvârşit abilităţile necesare întâlnirilor prezentate în această carte, nu înseamnă că veţi putea trece prin cele cinci etape în cadrul *oricărei* relaţii şi că vă veţi căsători şi veţi trăi fericiţi până la adânci bătrâneţi. Dar, punând în practică aceste sfaturi, vă veţi dezvolta capacitatea de a recunoaşte şi de a găsi persoana potrivită şi de a o ajuta să vă recunoască.

3

PRIMA ETAPĂ: ATRACŢIA

Deşi sentimentul de atracţie este automat, pentru a păstra atracţia în cadrul unei relaţii personale, trebuie să fim şi talentaţi în a ne prezenta într-un fel care nu trebuie să fie doar atrăgător pentru sexul opus, ci şi încurajator. Nu e de ajuns să spuneţi: „Uite-mă; acceptă-mă aşa cum sunt." Alchimia creării unei relaţii pline de dragoste este o combinaţie foarte delicată între ce dai şi ce primeşti. Amestecul bărbat-femeie trebuie să se facă gradual.

În prima etapă, foarte des, cea care tinde să menţină atracţia este anticiparea faptului că putem obţine ceea ce avem nevoie sau ceea ce vrem într-o relaţie. Fără indiciul clar că putem obţine ceea ce credem, atracţia dispare. Poate fi foarte uşor să înțelegeţi în mod greşit faptele şi reacţiile partenerului şi să vă pierdeţi interesul doar pentru că gândiţi şi simţiţi în feluri diferite. Una dintre cele mai mari provocări într-o relaţie este de a păstra atracţia şi de a-i da o şansă să crească pe măsură ce ajungem să cunoaştem mai bine pe cineva.

CUM SĂ NE ARĂTĂM PĂRŢILE CELE MAI BUNE

Pentru a menţine atracţia în prima etapă a unei relaţii, trebuie să ne arătăm părţile cele mai bune, părţile care ne conferă un avantaj. Fără a înţelege obiceiurile şi felul de a fi al celor de pe Venus, un bărbat poate să nu-şi arate partea cea mai bună şi să îndepărteze partenera fără să ştie. Majoritatea bărbaţilor pur şi simplu nu înţeleg ce simt femeile şi ce îşi doresc ele. Când un bărbat e interesat de o femeie, aproape automat se poartă cu ea aşa cum ar vrea să fie el tratat. În multe cazuri, o femeie nu apreciază acest lucru. În timp ce el încearcă să o impresioneze, o îndepărtează fără să-şi dea seama. Majoritatea bărbaţilor sunt pur

şi simplu dezorientaţi, unii mai mult decât alţii, atunci când e vorba să înţeleagă femeile.

Fără a înţelege obiceiurile şi felul de a fi al celor de pe Venus, un bărbat poate să nu-şi arate partea cea mai bună şi să îndepărteze partenera fără să ştie.

De exemplu, în loc să aştepte să asculte şi să ajungă să cunoască persoana cu care se întâlneşte, bărbaţii vorbesc despre ei şi teoriilor lor despre viaţă. Ei cred că asta o va impresiona şi, pentru că ea continuă să pună întrebări, îşi închipuie că asta îşi doreşte. Când reuşeşte şi ea să vorbească, el presupune că i se cere sfatul şi începe să-i ofere soluţii la probleme sau să-i răspundă la întrebări. Fără să înţeleagă de ce sau cum, începe s-o îndepărteze.

La prima lor întâlnire oficială, Larry a dus-o pe Phoebe la restaurant. S-a întâmplat să fiu la masa de lângă ei. Am observat că, de-a lungul întregii cine, Larry a fost singurul care a vorbit. A vorbit ca un profesor în faţa elevilor. Phoebe s-a uitat tot timpul în ochii lui, a ascultat cu atenţie şi din când în când l-a aprobat dând din cap, cu un uşor zâmbet. Era o privelişte tristă.

Atunci când Phoebe spunea din când în când ceva, Larry începea foarte repede să-şi spună părerea. Era uşor să vezi că lui chiar îi plăcea ceea ce spunea, dar la fel de uşor se vedea că Phoebe era politicoasă, dar se plictisea şi se simţea ignorată.

Ceea ce ar fi putut să fie o seară minunată, a fost o dezamăgire pentru amândoi. N-au comunicat cu adevărat pentru că Larry a fost singurul care a vorbit.

Dacă Larry le-ar fi înţeles pe locuitoarele de pe Venus, i-ar fi pus mai multe întrebări lui Phoebe, pentru a o face să vorbească. Dacă Phoebe i-ar fi înţeles pe cei de pe Marte, l-ar fi întrerupt pur şi simplu şi ar fi vorbit mai mult în loc să continue politicos să asculte şi să pună întrebări.

Un bărbat nu înţelege automat obiceiurile de pe Venus. E, într-un fel, ca un elefant în magazinul de porţelanuri, nedându-şi seama ce efecte produce. El nu înţelege că o femeie se simte mai încurajată şi este mai impresionată dacă el ascultă cu interes,

decât dacă vorbeşte despre sine şi oferă sfaturi. Această informaţie neînsemnată poate face diferenţa.

CUM CERI NUMĂRUL EI DE TELEFON

Ceea ce face ca întâlnirile să fie dificile este neînţelegerea sexului opus. Bărbaţii se întreabă dacă ar trebui sau nu să ceară numărul de telefon. Se întreabă cum să-l obţină. Se întreabă dacă ea se simte atrasă.

Bărbaţii nu-şi dau seama de puterea lor de a câştiga inima unei femei şi de a deveni atrăgători pentru ea. Ei nu înţeleg cum devin mai atrăgători:

- mai întâi, prin stabilirea contactului vizual
- observând-o pur şi simplu
- uitându-se politicos şi natural la ea, în timp ce ea îşi fereşte privirea
- fiind interesat să ajungă s-o cunoască
- plăcând-o
- arătându-se atras de ea
- asumându-şi riscul de a i se prezenta
- punându-i întrebări prieteneşti
- uitându-se la ea în timp ce vorbeşte
- acordându-i întreaga atenţie
- făcându-i complimente
- spunându-i, la sfârşitul conversaţiei, că ar vrea s-o sune (Poate fi atât de uşor să spui: „Mi-ar face plăcere să te sun.")

Când un bărbat se poartă astfel încât îşi face partenera să se simtă specială, în ochii ei devine mai atrăgător. Femeile mi-au spus în timpul seminarelor mele că interesul arătat de un bărbat pentru ele îl face pe acesta mai atrăgător, chiar dacă la început nu au fost atrase de el. Dacă el îşi asumă riscul de a-i cere numărul de telefon sau de a o invita în oraş, ea tinde să răspundă da doar pentru că el a riscat. Asta o face să se simtă specială şi să fie flatată.

Când un bărbat poate face toate aceste lucruri fără să depindă de obţinerea altui lucru în afară de plăcerea de a ajunge s-o cunoască, devine şi mai atrăgător. O femeie îşi poate da seama

dacă abilitatea unui bărbat de a fi mulţumit de sine depinde de răspunsul ei la avansurile lui. Dacă ea e nevoită să se gândească prea mult la nevoile lui, dacă trebuie să fie foarte atentă pentru a nu-i răni sentimentele, atunci el devine mai puţin atrăgător. Când e liberă să nu se gândească la el, dar să se bucure de faptul că el e interesat de ea, atunci se simte mai atrasă de el. Majoritatea bărbaţilor nu-şi dau seama de incredibila lor putere de a da gata o femeie. Înţelegerea faptului că suntem diferiţi îi dă bărbatului această putere.

FEMEILE ÎI ÎNŢELEG GREŞIT PE BĂRBAŢI

Şi femeile îi înţeleg greşit pe bărbaţi. O femeie crede că, dacă un bărbat este potrivit pentru ea, acesta va şti ce-şi doreşte şi automat se va gândi la nevoile ei, făcând lucrurile pe care le face ea pentru a-i arăta că-i pasă. Când el nu satisface această aşteptare nerealistă, ea devine inutil de frustrată şi de descurajată.

De exemplu, o femeie va face greşeala de a-şi demonstra interesul punându-i bărbatului o mulţime de întrebări. În timp ce el vorbeşte, ea continuă să asculte cu răbdare. Crede că, dacă ascultă cu mult interes, el va fi mai interesat de ea. Acest lucru e valabil pentru Venus, dar nu şi pentru Marte. Cu cât un bărbat vorbeşte mai mult, cu atât devine mai interesat de ceea ce spune. Pentru ca un bărbat să fie mai interesat de o femeie, ea trebuie să vorbească mai mult şi să-şi împărtăşească sincer gândurile, într-o manieră care s-o avantajeze.

Contează şi modul în care vorbeşte o femeie. Pe Venus, când două prietene se întâlnesc, se bucură de posibilitatea de a-şi împărtăşi liber păţaniile, frustrările, dezamăgirile şi durerile din săptămâna precedentă. Dorinţa unei femei de a „împărtăşi totul" este chiar un compliment pentru cealaltă femeie. E o dovadă de încredere, de bunăvoinţă şi de prietenie.

Pe Venus, când două prietene se întâlnesc, se bucură de posibilitatea de a-şi împărtăşi liber păţaniile, frustrările, dezamăgirile şi durerile din săptămâna precedentă.

În timp ce pe Venus acest gest e considerat drept „arătarea celor mai bune părţi", pe Marte nu este. Un bărbat îşi poate face cu uşurinţă o părere greşită. Când o femeie are sentimente negative şi probleme, în loc să-i aprecieze voinţa de a le împărtăşi în mod deschis, bărbaţii vor presupune că e greu de mulţumit. Exact aşa cum femeile sunt atrase de bărbaţii care îşi arată interesul pentru ele, bărbaţii sunt atraşi de femeile care pot fi mulţumite. Când ea pare să fie greu de mulţumit, el se va îndepărta cu uşurinţă.

Bărbaţii sunt atraşi de femeile care pot fi mulţumite.

Pentru a crea prilejul de a vedea ce are un bărbat mai bun de oferit, o femeie trebuie să fie atentă să-i împărtăşească partea bună a vieţii ei, evitând să insiste pe aspectele negative. Conversaţia ar trebui să fie lejeră, nu profundă, axată pe evenimentele curente din jur şi din vieţile lor, dar discutate într-o manieră pozitivă.

Asta nu înseamnă că ea ar trebui să fie falsă. Autenticitatea este ceea ce face ca o persoană să fie mai atrăgătoare. Fiecare are părţi bune şi părţi rele, fiecare trece prin momente bune sau mai puţin bune şi fiecare e în parte dependent de ceilalţi şi în parte autonom. A arăta părţile cele mai bune înseamnă a-şi arăta partea care o avantajează, ce are ea mai bun şi partea ei autonomă. Mai târziu îşi poate arăta şi celelalte părţi. E doar o problemă de timp.

Pentru a face impresie bună şi pentru a ajunge să cunoşti pe cineva cu adevărat, e important ca mai întâi să avem şansa să ne arătăm partea cea bună. În primele trei etape ale unei relaţii – atracţia, nesiguranţa şi exclusivitatea –, cel mai bine e să vă concentraţi să vă arătaţi cele mai bune părţi. După ce am ajuns să ne cunoaştem părţile cele mai bune, în etapa a patra, intimitatea, vom fi pregătiţi să facem faţă laturilor noastre mai puţin bune.

După ce am ajuns să ne cunoaştem părţile cele mai bune, vom fi pregătiţi să facem faţă laturilor noastre mai puţin bune.

Apoi, când suntem puşi în faţa provocărilor care apar în orice relaţie, vom fi mult mai dispuşi să fim toleranţi şi înţelegători. Prea multă intimitate instalată prea repede le poate face pe femei

să devină neajutorate, iar pe bărbaţi să se îndepărteze. Aşa cum bărbaţii au tendinţa de a se grăbi spre intimitatea fizică, femeile fac greşeala de a se grăbi să ajungă la o totală intimitate din punct de vedere emoţional.

CÂND O FEMEIE OFERĂ CEVA LA O ÎNTÂLNIRE

În general, femeile cred că, acordându-i unui bărbat sprijinul pe care şi l-ar dori ea, acesta va deveni mai interesat de ea. Încercând să-şi arate partea cea mai bună, femeile fac greşeala de a trata un bărbat aşa cum ar vrea să fie tratate ele. Femeile răspund cu bucurie la atenţiile lui, arătându-se prea interesate de el. Dacă el le tratează cu consideraţie, ele răspund cu prea multă consideraţie; când el le sprijină, ele vor să întoarcă imediat favoarea în loc să zâmbească pur şi simplu şi să spună mulţumesc.

Femeile nu înţeleg instinctiv că, după ce au fost receptive la avansurile unui bărbat şi i-au apreciat eforturile, nu-i datorează nimic acestuia. Ele i-au dat deja ceea ce-şi dorea mai mult. I-au dat şansa de a le cunoaşte, de a le mulţumi şi de a crea o legătură cu ele. O femeie trebuie să ţină minte că ea este aleasa. Bărbatul are plăcerea să aibă şansa de a fi cu ea. Când nu-şi păstrează această atitudine, e greu ca atracţia bărbatului să crească.

După ce o femeie a fost receptivă la avansurile unui bărbat şi i-a apreciat eforturile, nu-i datorează nimic acestuia.

Când un bărbat este atras de o femeie, se entuziasmează la gândul că o va putea face fericită, ceea ce, în schimb, îl face să se simtă foarte bine; scoate la iveală ce are el mai bun. Anticiparea faptului că mai sunt lucruri de văzut e foarte importantă pentru a-l ţine interesat. Dacă se simte satisfăcut pe deplin, atunci nu mai e nevoit s-o curteze. Lucrurile rămase de cucerit nu numai că îl fac să se îndrăgostească mai tare, dar îi dau bărbatului oportunitatea de a curta. Fără luptă şi oportunitatea de a mai lupta, un bărbat îşi poate pierde cu uşurinţă interesul necesar pentru a trece prin toate cele cinci etape ale unei relaţii.

Lucrurile rămase de cucerit nu numai că îl fac să se îndrăgostească mai tare, dar îi dau bărbatului oportunitatea de a curta.

Când o femeie se simte atrasă de un bărbat, sentimentele ei sunt foarte diferite. Ea se entuziasmează la gândul că el ar putea s-o facă fericită, ceea ce, în schimb, o face să se simtă foarte bine. Scoate la iveală ce are ea mai bun şi o face să vrea să-i ofere asta lui.

O femeie se entuziasmează la gândul că va primi ceea ce are nevoie şi că apoi îi va oferi de bună voie totul înapoi. Un bărbat se entuziasmează la gândul că poate reuşi s-o cucerească. Când ea e fericită, al lui e meritul. Satisfacerea dorinţelor ei îl face foarte fericit pe bărbat. Reuşita lui de a o face să se simtă împlinită o face foarte fericită pe femeie.

DESCHIDEREA PORTIEREI

Când femeile nu-i înţeleg pe bărbaţi, fac cu uşurinţă greşeala de a diminua atracţia continuând să ofere în schimbul a ceea ce primesc, în loc să sporească atracţia continuând să primească. Această tendinţă apare cel mai clar atunci când un bărbat invită o femeie la o întâlnire specială. Când o ia de acasă, ea e îmbrăcată extraordinar şi arată minunat. El observă şi îi spune. Ea e mulţumită. Merge cu ea spre portiera de pe partea pasagerului, o deschide şi ea urcă: După ce ea se aşează confortabil, el închide portiera. Ea îi zâmbeşte şi îi mulţumeşte. Apoi el dă ocol maşinii şi ajunge pe partea şoferului. Ce face ea? Se întinde să-i deschidă uşa sau îl lasă să şi-o deschidă?

Când o femeie nu înţelege dinamica prin care se creează atracţia şi prin care îi lasă bărbatului distanţa de care are nevoie pentru a o curta, tendinţa ei este de a se întinde să-i deschid uşa, chiar dacă e un lucru incomod. Deşi acesta pare lucrul potrivit şi plin de dragoste pe care îl poate face, nu este. Înseamnă a da prea mult, îi compromite poziţia şi împiedică entuziasmul anticipaţiei şi romantismului să crească, atât în mintea bărbatului, cât şi într-a ei.

> Când o femeie e prea nerăbdătoare să-l mulţumească, bărbatul nu are spaţiul necesar pentru a o curta.

Unele femei susţin că s-ar purta în mod egoist dacă nu s-ar întinde peste locul şoferului pentru a întoarce gestul. Destul de des, acestea sunt femeile singure şi nu cele căsătorite. Acum, cu siguranţă că dacă pe partea ei e un buton de deschidere a uşii, ar fi în regulă să îl găsească şi să îl apese, dar să-şi sucească corpul şi să se întindă, mai ales când e aranjată, e lipsit de graţie şi nu înseamnă receptivitate. Ideea acestui ritual al întâlnirilor este ca bărbatul să facă lucruri mici pentru a-şi arăta interesul şi grija, iar femeia să-l accepte şi să-şi acorde timpul de a descoperi cât de interesată este.

Dacă se va întinde şi va deschide portiera, atunci de ce să se fi mai deranjat el să-i deschidă uşa la început? El încearcă să fie cavaler şi să facă un gest frumos. Ea ar trebui să-l lase să facă asta, să accepte cu graţie şi să se bucure de atenţia lui.

Când o femeie se întinde să deschidă uşa unui bărbat, distruge ideea de întâlnire şi face ca rolurile să fie confuze. În schimb, dacă pur şi simplu aşteaptă fericită, apreciindu-i atenţia pe care i-a arătat-o, şansele ca atracţia să crească sunt mai mari.

> Când o femeie se întinde să deschidă uşa unui bărbat, distruge ideea de întâlnire şi face ca rolurile să fie confuze.

Bărbaţii sunt câteodată atât de obişnuiţi ca femeile să se întindă şi să le facă viaţa mai uşoară şi mai confortabilă, încât atunci când o femeie nu o face, pot să fie puţin surprinşi şi să mormăie în gând. Se pot gândi: Of, eu i-am deschis ei uşa. De ce nu mi-o deschide şi ea mine? Poate chiar să fie rece şi distant pe moment. Apoi îşi va da seama: Oh, nu s-a întins pentru că e penibil şi inconfortabil. Un lucru chiar mai important e că, atunci când se uită la ea şi vede că e plină de graţie, fericită şi împlinită, al lui e meritul. Începe apoi să se simtă un pic mândru: Da, eu i-am deschis uşa, o scot în oraş şi ea e mulţumită. Pe măsură ce el gândeşte pozitiv, mormăielile nu se mai aud, iar interesul şi respectul pentru ea cresc.

Femeile tind să dea prea mult la începutul unei relaţii, când nu înţeleg cum gândesc şi ce simt bărbaţii. Un bărbat îşi doreşte cu ardoare să aibă şansa de a face fericită o femeie. Se simte împlinit dacă o face fericită. Fericirea ei e fericirea lui. Femeile nu sunt însă aşa. O femeie nu se simte împlinită doar pentru că îl face fericit pe bărbat. O femeie are nevoie să simtă că primeşte ceea ce are nevoie într-o relaţie. De-abia atunci poate să-şi arate dragostea, deschis şi cu bucurie. Atunci şi numai atunci când nevoile îi sunt satisfăcute, fericirea lui devine fericirea ei.

Bărbaţii sunt cel mai motivaţi să mulţumească o femeie atunci când au o impresie bună despre ei. Cu cât viaţa unui bărbat este mai bine organizată, cu atât mai mult îşi doreşte o femeie cu care s-o împartă. Deşi se poate simţi foarte autonom şi independent, începe să se simtă gol. Îi lipseşte ceva. Acel ceva e obţinut doar dacă face ca o femeie să se simtă împlinită sau fericită. Femeile nu trebuie să se simtă vreodată obligate să mulţumească un bărbat. Dându-i şansa de a face mai mult pentru a o mulţumi, femeia îi îngăduie unui bărbat să se simtă mai mult decât împlinit.

Femeile nu trebuie să se simtă vreodată obligate
să mulţumească un bărbat.

Acest concept este destul de greu de înţeles pentru femei pentru că, atunci când o femeie se simte autonomă şi independentă, în loc să simtă nevoia să aibă grijă de cineva, simte nevoia ca cineva să aibă grijă de ea. Când simte un gol în suflet şi îşi doreşte o relaţie, şi-a consumat deja majoritatea resurselor oferindu-le celorlalţi dragostea ei. O poveste de iubire este pentru ea o şansă de a se relaxa şi de a lăsa pe altcineva să-i împlinească dorinţele.

Când simte un gol în viaţa ei, simte nevoia de a primi. Dacă simţea un gol şi continua să ofere, atunci s-ar fi simţit foarte nefericită dacă nu ar fi obţinut nimic în schimb. Un simplu zâmbet şi un mulţumesc spus de bărbatul căruia îi oferă dragostea, nu îi e de ajuns. Când un bărbat simte un gol în suflet şi poate reuşi

să împlinească dorinţele unei femei, un simplu zâmbet şi un mulţumesc din partea ei sunt de ajuns.

DRAGOSTE LA PRIMA VEDERE

În afară de faptul că nu-i înţeleg pe bărbaţi, mai există un motiv pentru care femeile tind să ofere foarte mult. Femeile văd câteodată ceva sau îşi imaginează ceva în legătură cu un bărbat care le face să aibă încredere în ele. Se gândesc: Ăsta e bărbatul visurilor mele; el e bărbatul potrivit; e perfect pentru mine. Parcă e vrăjită. În etapa acesta ea îi răspunde lui ca şi cum ar fi primit deja tot ceea ce şi-ar fi putut dori vreodată. E plină de tandreţe, săritoare şi receptivă la tot ceea ce îşi doreşte el. Cu siguranţă, entuziasmul scoate la iveală ce are ea mai bun şi o face foarte atrăgătoare, dar îl poate împiedica pe bărbat să simtă o atracţie puternică faţă de ea.

Când o femeie se îndrăgosteşte, se poate simţi ca şi cum ar fi primit deja tot ceea ce şi-ar fi putut dori vreodată.

Se simte atât de împlinită prin simpla lui prezenţă încât începe să gândească: E atât de minunat! Ce pot face pentru a fi demnă de el? Cum pot să-i câştig dragostea? Ce ar trebui să fac pentru el? Cum pot să fiu sigură că mă place? Cum pot să fiu cea mai atrăgătoare pentru el? Acest gen de gânduri duce apoi la fapte. Când ea începe să îl curteze, el îşi pierde interesul pentru ea.

O femeie inteligentă abordează situaţia în mod diferit. Chiar dacă se îndrăgosteşte, e atentă să-şi aducă aminte că, deşi i se pare că este într-o relaţie bazată pe exclusivitate cu partenerul ideal, nu e. Chiar dacă el are potenţialul pentru a fi bărbatul visurilor ei, nu e. Trebuie să-şi aducă aminte că sunt în prima etapă a relaţiei. Nici el nu îi e încă fidel (etapa a treia), nici ea nu îl cunoaşte cu adevărat (etapa a patra) şi cu siguranţă nu sunt logodiţi şi gata de căsătorie (etapa a cincea). E foarte important pentru o femeie să-şi aducă aminte de etapa în care sunt în relaţie şi să se poarte în consecinţă. O idee clară despre etapa în care se află relaţia ne ajută să avem o imagine echilibrată asupra lucrurilor.

4

A DOUA ETAPĂ: NESIGURANȚA

Când considerăm că o persoană e mai specială decât altele, trecem automat la etapa a doua, nesiguranța. Când începem să simțim că ne-ar plăcea cu adevărat să ajungem să cunoaștem o persoană și să avem o relație bazată pe exclusivitate, e destul de normal să ne schimbăm brusc atitudinea și să nu ne mai simțim așa de siguri pe noi. Pentru unii, această schimbare este ca un cutremur, iar pentru alții ca un freamăt ușor. Câteodată, amploarea schimbării sau bruschețea cu care are loc e semn că acea persoană are un potențial bun.

Am putea chiar să ne întâlnim cu sufletul nostru pereche, dar în etapa a doua a unei relații e posibil să nu fim conștienți de asta. Fie că acea persoană este sau nu potrivită, în stadiul al doilea experiența este nesigură. Din nefericire, mulți celibatari nu recunosc faptul că această etapă este una necesară și presupun *în mod greșit* că, dacă nu sunt siguri, persoana respectivă nu e cea potrivită pentru ei. Ei cred că, dacă au găsit persoana potrivită, porțile raiului ar trebui să se deschidă și clopotele să bată.

Am putea chiar să ne întâlnim cu sufletul nostru pereche, dar în etapa a doua a unei relații e posibil să nu fim conștienți de asta.

Când un bărbat intră în etapa a doua, poate face cu ușurință greșeala de a crede următoarele: Dacă nu sunt sigur, atunci ar trebui să continui să mă uit în jur și să testez. Nu-și dă seama că această tendință îl poate împiedica să fie vreodată sigur că este cu persoana potrivită.

Uitatul după femei și mersul la întâlniri cu mai multe femei poate fi în regulă pentru prima etapă, dar în a doua etapă această tendință e nebenefică. Acesta este momentul în care un bărbat

încetează să se mai întâlnească cu alte femei şi îşi concentrează atenţia asupra partenerei speciale. Prima etapă este perioada în care poţi întâlni şi ajunge să cunoşti o varietate de oameni; a doua etapă este perioada în care te concentrezi asupra unuia singur. Acesta este momentul să luaţi decizia de a acorda o şansă relaţiei.

CÂND CAPRA VECINULUI PARE MAI FRUMOASĂ

În timpul acestei etape a nesiguranţei, capra vecinului pare mai frumoasă. Pentru un bărbat, celelalte femei pot începe să pară mai atrăgătoare. Bărbaţii tind să aibă o imagine vizuală a partenerei ideale, dar această imagine este foarte rar cea corectă. E o fantezie a bărbatului despre partenera ideală. Puterea acelei imagini nu va slăbi şi nu va fi înlocuită de o persoană reală până când bărbatul nu va începe să simtă o legătură adevărată cu o femeie, într-un mod care să-l facă să simtă că are succes.

Atâta timp cât un bărbat nu a simţit cum e să facă fericită o femeie în lumea reală, o va compara cu imaginea din închipuirea lui. Poate începe să se îndoiască de sentimentele lui: „Îmi place de ea, dar nu e ca cea pe care mi-o închipuiam eu.". Pe măsură ce bărbatul continuă să cunoască femeia adevărată şi să simtă o legătură adevărată bazată pe dorinţă, afecţiune şi interes, nevoia ca partenera să arate ca cea din imaginaţia lui persistă. Vraja se destramă atunci când el îşi deschide inima şi simte o legătură specială cu partenera lui. Acest proces durează un timp, chiar dacă el este alături de persoana potrivită.

Atâta timp cât un bărbat nu a simţit cum e să facă fericită o femeie în lumea reală, el va păstra în minte imaginea partenerei ideale.

În a doua etapă, chiar şi atunci când capra vecinului începe să pară mai frumoasă, noul obiectiv al bărbatului este de a fi mai atent şi a cerceta capra din ograda lui, pentru a o vedea în profunzime. Poate sau nu să găsească ceea ce caută, dar *niciodată* nu va găsi ce caută dacă nu începe să caute.

Pentru a căuta în profunzime trebuie să-și pună întrebările următoare:

- Sunt oare bărbatul potrivit pentru ea?
- Am oare calitățile necesare pentru a o face fericită?
- Țin la ea?
- Vreau să o fac fericită?
- Fericirea ei mă face fericit?
- Îi simt lipsa când nu sunt lângă ea?

Când un bărbat descoperă, în timp, un răspuns afirmativ la fiecare dintre aceste întrebări, atunci el e gata să treacă la etapa următoare, la o relație bazată pe exclusivitate.

DE CE BĂRBAȚII ÎNCEP SĂ SE ÎNDOIASCĂ

Când un bărbat nu le înțelege pe locuitoarele de pe Venus, poate face greșeala de a crede că nu poate face fericită nici o femeie. În realitate poate avea capacitatea de a face asta, dar deoarece interpretează în mod greșit felul în care ea gândește și simte, ajunge la o concluzie greșită.

De exemplu, la o întâlnire, în timp ce merg cu mașina printr-un cartier scump, o femeie poate spune: „Oh, uită-te la casa aia frumoasă; pariez că au piscină. Oh, îmi plac la nebunie piscinele."

Ea pur și simplu își împărtășește gândurile, dar reacția lui poate fi una de genul: „Uau, femeia asta are gusturi scumpe; nu știu dacă pot s-o fac fericită." El presupune în mod greșit că, dacă gândul la o casă mare cu piscină o face fericită, va trebui să i le asigure ca s-o mulțumească. În acest moment, începe să creadă că poate nu e persoana potrivită pentru a o curta.

În a doua etapă, e foarte important pentru bărbat să facă lucruri mici pentru ea, astfel încât să poată testa și simți în mod repetat că are puterea de a o face fericită. Un bărbat se leagă de o femeie datorită succesului său de a-i asigura fericirea, confortul și împlinirea. Îndoielile lui nu sunt spulberate în primul rând prin ceea ce face ea pentru el, ci prin modul în care ea răspunde la ceea ce face el pentru ea.

Îndoielile bărbatului nu sunt spulberate în primul rând prin ceea ce face ea pentru el, ci prin modul în care răspunde ea la ceea ce face el pentru ea.

În mod tradiţional, din acest motiv bărbaţii au fost cei care au avut iniţiativa întâlnirilor. Bărbatul îi cere femeii numărul de telefon, bărbatul o sună, bărbatul o invită în oraş, bărbatul vine cu planul, bărbatul o ia de acasă, bărbatul deschide şi închide portiera, bărbatul conduce şi caută adresa, bărbatul cumpără biletele, bărbatul o conduce pe femeie la locul ei, bărbatul îşi asumă responsabilitatea pentru confortul şi fericirea ei, bărbatul plăteşte nota. Bărbatul oferă, iar femeia primeşte cu graţie.

Aceste lucruri mărunte pe care un bărbat le face la o întâlnire îi dau ocazia să testeze terenul şi să vadă cât de mult îi place s-o facă fericită pe partenera lui. Iar ea ajunge să vadă cum e să fie protejată de el. În etapa următoare, cea a exclusivităţii, după ce au creat o legătură, ea poate începe să participe la cheltuieli şi să facă lucruri mici pentru el, dar la o întâlnire romantică, el ar trebui să fie cel care oferă mai mult.

Fără să înţeleagă aceste etape, un bărbat se împotmoleşte adesea în nesiguranţă. În loc de a testa să vadă dacă poate face o femeie fericită şi dacă poate să-i câştige inima, el începe să se întrebe dacă ea îi poate oferi ceea ce îşi doreşte el. Când un bărbat se concentrează pe ceea ce vrea, poate fi sigur că va rata femeia perfectă pentru el. Când se concentrează asupra întrebării: „Oare sunt bărbatul potrivit pentru ea?”, atunci va găsi siguranţa fie de a trece mai departe la etapa exclusivităţii, fie de a pune punct relaţiei şi de a o lua de la început cu altcineva.

Când un bărbat se concentrează pe ceea ce vrea, poate fi sigur că va rata femeia perfectă pentru el.

CÂND FEMEILE SUNT NESIGURE

Când o femeie trece în etapa a doua şi se simte nesigură, reacţionează în mod diferit faţă de un bărbat. În timp ce un bărbat

tinde să se întrebe dacă vrea sau nu să continue o relație, o femeie tinde să se întrebe în ce direcție se îndreaptă relația. Destul de des, simte că bărbatul se îndepărtează. Pentru a se asigura că nu se întâmplă asta, ea face una din cele două greșeli comune. Ori va începe să pună întrebări despre relație, ori va încerca să-i câștige inima. Ambele abordări îl pot îndepărta sau îl pot împiedica să se simtă încrezător că el este bărbatul potrivit pentru ea.

În timp ce un bărbat tinde să se întrebe dacă vrea sau nu să continue o relație, o femeie tinde să se întrebe în ce direcție se îndreaptă relația.

În stadiul nesiguranței, dacă femeia nu-l înțelege pe bărbat, poate cu ușurință să intre în panică. În timpul etapei atracției, el se implica atât de puternic, iar acum nu se mai implică. Dacă ea nu înțelege etapa de nesiguranță, o mulțime de sentimente se pot naște. Acestea sunt reacțiile obișnuite.

CE SE ÎNTREABĂ O FEMEIE

- Am făcut ceva rău?
- Mai are pe cineva?
- Îi mai pasă de mine?
- O să mă mai sune?
- Fac ce trebuie?
- Fac destul?
- Ce pot să fac să-i recâștig atenția, interesul, afecțiunea și dorința?

Din nefericire, toate aceste întrebări o ademenesc pe un drum greșit; ea începe să-l curteze pe el. Când un bărbat încetează să-i mai facă curte, sarcina femeii este să reziste imensei dorințe de a afla ce s-a întâmplat sau de a face ceva în această privință.

Pentru o femeie, etapa nesiguranței ar trebui să fie o perioadă pentru reflecție la ceea ce primește de la bărbat, nu la ceea ce ar putea primi. Este momentul ca femeia să rămână deschisă la viitoarele lui avansuri, dar, și mai important, este momentul să-și umple timpul cu ajutorul prietenilor. Este perioada în care să

testeze dacă el este cu adevărat persoana potrivită pentru o relație bazată pe exclusivitate.

Când un bărbat încetează să-i mai facă curte, sarcina femeii este să reziste imensei dorințe de a afla ce s-a întâmplat sau de a face ceva în această privință.

În stadiul acesta se aplică vechea zicală: „Absența face ca dorința să crească." Dacă el se îndepărtează, ea ar trebui să-l lase cu grație să păstreze o distanță. O femeie trebuie să țină minte că bărbații sunt ca benzile de elastic. Se îndepărtează. Dacă nu fugi după ei, se întorc. După ce se întorc de câteva ori, bărbații capătă siguranța că ea este cea cu care ar vrea să continue o relație stabilă sau exclusivă.

Lăsându-le spațiu suficient pentru a se retrage și apoi pentru a deveni din nou interesați, o femeie ajunge să știe dacă acest bărbat este cel cu care ea ar vrea să aibă o relație bazată pe exclusivitate. Dacă ea își poate umple timpul cu ajutorul prietenilor și familiei și încă îi mai simte lipsa, e un semn bun.

CUM SĂ EVIȚI SĂ CURTEZI ÎN EXCES

În stadiul nesiguranței, atât femeile, cât și bărbații trebuie să fie atenți să nu reacționeze la nesiguranța partenerilor lor curtându-i în exces. Un bărbat care nu folosește această perioadă pentru a se retrage poate copleși o femeie cu insistenta curte pe care i-o face cu promisiuni de iubire. Când o femeie spune nu avansurilor lui, bărbatul trebuie să fie atent să o curteze cu blândețe și respect. Perseverența e bună, dar nu dacă pare să ceară ceva. Încercarea de a o face să se simtă vinovată pentru că nu petrece mai mult timp cu tine o poate determina să se retragă. În consecință, ea își poate construi un zid de rezistență care o împiedică să descopere că ar putea dori o relație stabilă, bazată pe exclusivitate, cu el.

Dacă reacția unei femei în fața nesiguranței este de a face curte bărbatului, acest lucru poate, de fapt, să-l împiedice să treacă de nesiguranța lui pentru a descoperi dacă vrea sau nu să investească într-o relație. Acesta este motivul pentru care, în mod

tradițional, femeile nu-i sună pe bărbați. O femeie inteligentă așteaptă ca el să-i facă curte. Totuși, există și momente în care femeia îl poate suna. E un lucru prostesc să aștepți pasiv. O femeie inteligentă poate crea ocazia ca bărbatul s-o curteze.

CE SĂ FACI CÂND EL NU SUNĂ

Dacă, în stadiul nesiguranței, un bărbat nu sună pentru o vreme, e o idee bună ca femeia să-l sune, dar nu pentru a-l curta sau pentru a-i spune cum se simte pentru că e ignorată. În loc de asta, ea poate să-i spună cu naturalețe că totul e bine. Poate suna doar pentru a-l saluta, pentru a-i mulțumi pentru ceva sau pentru a-i pune o întrebare despre ceva la care el se pricepe. Trebuie să fie un telefon scurt, prietenesc, astfel încât el să înțeleagă clar că nu are resentimente pentru că n-a sunat-o. Cel mai rău lucru pe care îl poate face este să-l sune și să-l întrebe care sunt sentimentele lui pentru ea și relația lor.

> Cel mai rău lucru pe care ea îl poate face este să-l sune și să-l întrebe care sunt sentimentele lui pentru ea și relația lor.

Câteodată, când bărbatul este în a doua etapă, uită pentru o perioadă de ea. Două zile, două săptămâni sau chiar două luni pot trece într-o clipă, după care el își aduce aminte cât de mult îi place o femeie. Se gândește s-o sune, dar anticipează faptul că ar putea fi apostrofat sau respins pentru că i-a luat atât de mult ca să sune. Așa că se decide să nu sune și să meargă mai departe. Dacă ar primi un telefon prietenesc, atunci ar înțelege în mod clar că nu are de ce să-și facă griji. Acest gest îi dă libertatea să se gândească s-o curteze din nou.

> Așa cum pentru femei timpul trece mai greu când sunt nesigure, pentru bărbați trece mai repede.

Când o femeie nu-i înțelege pe bărbați, e ușor să ajungă la concluzia că un bărbat e un adevărat nemernic dacă n-o sună. În realitate nu e deloc așa. Sunt multe motive pentru care un bărbat nu sună. Cu o mai bună înțelegere a modului în care gândesc și

simt bărbații, o femeie își poate da seama care este comportamentul instinctiv al bărbaților și nu va mai lua totul personal. În capitolele al 15-lea și al 16-lea vom explora mai în detaliu motivele pentru care bărbații nu sună și modul în care o femeie poate suna un bărbat fără să-l pună pe fugă.

PRESIUNEA DE A DA CEVA ÎNAPOI

Pe când un bărbat se implică puternic în prima etapă și se retrage în cea de-a doua, o femeie simte câteodată presiunea de a da ceva pe plan sexual. A primit atât de mult încât se simte obligată să returneze favoarea. Speră că, răspunzând prin sexualitate și împlinindu-i dorințele, îi va recâștiga interesul. Totuși, dând mai mult decât este pregătită să dea, ea poate, de fapt, să saboteze relația. Mai mult nu înseamnă întotdeauna mai bine.

O femeie poate trece cel mai bine prin stadiul nesiguranței dacă se poate bucura de avansurile unui bărbat fără să se simtă obligată față de el. Dacă nu e obișnuită să i se facă curte și să aibă parte de romantism, atunci se poate simți chiar mai obligată. Când ți-e foame și nu ai bani să cumperi de mâncare, atunci, în mod natural, gândești: „Îți dau orice pentru mâncare." În mod similar, când o femeie se simte iubită și adorată, poate gândi: „Îți dau orice ca asta să continue." Însă nu e o atitudine sănătoasă.

O femeie trebuie să înțeleagă că, primind și răspunzând într-o manieră caldă și prietenească la gesturile romantice ale bărbatului, deja îi dă ceva în schimb. Înțelegerea acestui lucru elementar este crucială, iar femeile din ziua de astăzi îl trec cu vederea. Deseori, o femeie simte că nu primește destul în schimbul a ceea ce a dat, și atunci se simte obligată să dea mai mult.

Când simte că bărbatul vrea mai mult, în loc să fie pur și simplu flatată de dorințele lui, ea sabotează ritualul întâlnirilor simțind presiunea obligațiilor și cedând, astfel încât intimitatea fizică dintre ei este mai mare decât ar fi potrivit în relația lor. În loc să îl lase să continue s-o mulțumească, ea schimbă mersul lucrurilor încercând să-l mulțumească ea pe el. Inevitabil, poziția ei este compromisă, iar el își pierde interesul.

Cum s-a simţit Sharon obligată

Iată ce a povestit Sharon: „La început, Kevin era atât de minunat! Asculta tot ce spuneam. Era un adevărat gentleman. Îmi plăcea tot ce spunea. Era interesant şi amuzant. Ne simţeam foarte bine împreună. Apoi, după o noapte de pasiune, totul a încetat."

Sharon era ruşinată. Ea credea că erau suflete pereche, făcuţi să se căsătorească, dar Kevin era de-abia în primul stadiu, cel al atracţiei. El ieşea şi cu alte femei. Sharon mi-a spus: „Doare atât de mult încât n-aş mai încerca încă o dată. N-am aşa mare nevoie de un bărbat."

Totuşi, după ce a mai învăţat cum sunt bărbaţii, Sharon şi-a dat seama că a interpretat greşit semnalele. Pentru ea, atenţia lui deosebită însemnase că el trebuie să fie sufletul ei pereche. Adevărul este că se cunoşteau de-abia de câteva zile. Deşi ea credea că au o relaţie bazată pe fidelitate, nu trecuseră nici de stadiul nesiguranţei.

După ce a participat la un seminar Marte/Venus, Sharon a mărturisit că se simţea foarte prost. Mi-a spus: „Bineînţeles că mi-a spus că mă iubeşte. Dar nu e nimic în neregulă cu asta. Nu m-a iubit destul de mult pentru a rămâne cu mine. Adevăratul motiv pentru care mă simt rănită este că am făcut dragoste şi apoi m-a respins. Dacă nu am fi ajuns aşa departe din punct de vedere sexual şi doar ne-am fi sărutat şi atins, respingerea lui nu ar durea aşa de mult. Dacă doar am fi ieşit împreună câteva săptămâni şi apoi el n-ar fi vrut să continue relaţia, ar fi fost în regulă."

La un anumit moment, Kevin se purta atât de frumos încât Sharon a început să se simtă obligată să-i dea tot ce îşi dorea el. Până la urmă, el îi dădea ceea ce vroia ea; părea corect ca ea să-i întoarcă favoarea. Dar îi dădea oare tot ce îşi dorea ea? Sharon vroia să se căsătorească. Îi oferea el asta?

Sharon mi-a zis: „Vreau să mă căsătoresc. Când un bărbat îmi dă tot ceea ce îmi doresc, atunci îi dau tot ce-şi doreşte. Îmi voi aminti până în noaptea nunţii că încă nu suntem căsătoriţi."

Sharon şi-a dat seama că nu trebuie să renunţe la a se mai întâlni cu bărbaţi pentru că e atât de dureros. Ar putea să aibă doar mai mult discernământ referitor la cât de departe să meargă

din punct de vedere sexual. Sharon a învăţat că în materie de intimitate fizică nu este vorba de totul sau nimic. Gradul de intimitate poate creşte încet în timp.

În materie de intimitate fizică nu trebuie să fie vorba de totul sau nimic.

Ajungând la această concluzie, Sharon a reuşit să pună punct relaţiei cu Kevin. Nu se mai simţea ca o victimă, ci era recunoscătoare pentru informaţii. Acum vedea clar cum se lăsase să fie rănită. L-a iertat pe Kevin şi i-a urat numai bine. Acest lucru i-a ridicat moralul şi a continuat să privească întâlnirile dintr-o perspectivă nouă.

Simţea nevoia unui bărbat, dar nu mai era grăbită să se angajeze într-o relaţie intimă. În loc să renunţe la a se mai întâlni cu bărbaţi, a renunţat să se mai simtă obligată. S-a simţit bine flirtând din plin şi mergând la întâlniri până când a apărut bărbatul potrivit. Când relaţia lor a devenit una exclusivă, au început să facă sex. Într-un final s-au căsătorit, dar de data aceasta a aşteptat până când a fost pregătită pentru o intimitate fizică totală.

NEVOIE ŞI OBLIGAŢIE

Povestea lui Sharon arată un lucru foarte important. Destul de des, femeile neagă faptul că ar avea nevoie de un bărbat pentru că nu vor să se simtă obligate. Dar conştientizând în mod clar faptul că nimeni nu o obligă la nimic, ea poate începe să flirteze în libertate cu bărbaţi şi să se bucure primind ceea ce bărbaţii pot oferi. Ea poate să-şi simtă nevoile fără să se simtă obligată. Cu cât devine mai receptivă şi mai sensibilă, cu atât mai atrăgătoare va fi pentru genul de bărbat care va vrea să se căsătorească cu ea.

Dar conştientizând în mod clar faptul că nimeni nu o obligă la nimic, ea poate începe să flirteze liber şi să se bucure primind ceea ce bărbaţii pot oferi.

Când o femeie are tendinţa de a se simţi obligată să răspundă avansurilor unui bărbat, asta o împiedică să fie receptivă. Feme-

ile, mai ales cele tinere, simt că trebuie să nu-l lase pe bărbat să plătească nota, astfel încât să nu se simtă obligate să facă dragoste. Acesta este modul în care femeile îi spun că n-ar trebui să-şi facă speranţe.

O femeie simte ce îşi doreşte un bărbat şi nu vrea să-şi facă o părere greşită. Problema cu abordarea aceasta este că el va înţelege că ea nu e deloc receptivă şi îşi va pierde interesul. Negând faptul că o parte din ea are nevoie de afecţiunea unui bărbat, ea îşi va micşora propria capacitate de a se simţi atrăgătoare şi atrasă.

Doar pentru că o femeie se bucură de cadourile unui bărbat nu o obligă în nici un fel să dea în schimb mai mult de un zâmbet sau un mulţumesc. Femeile confundă în mod obişnuit speranţele unui bărbat că „va avea noroc" cu aşteptarea acestuia de a ajunge la intimitate fizică.

Doar pentru că o femeie se bucură de cadourile unui bărbat nu o obligă în nici un fel să dea în schimb mai mult de un zâmbet sau un mulţumesc.

Majoritatea bărbaţilor nu se *aşteaptă* ca femeile să ajungă la intimitatea fizică; ei doar *speră* să aibă noroc. Nu se gândesc: „Am plătit nota, deci ar trebui să facă dragoste cu mine." Totuşi, femeile refuză câteodată ca bărbatul să plătească cina pentru că nu vor ca el să înţeleagă greşit. Asta e o insultă nu doar pentru el, ci şi pentru ea. Dacă simte că un bărbat încearcă să-i cumpere favorurile sexuale, atunci de ce să mai iasă cu el în oraş?

DORINŢA DE INTIMITATE E INOCENTĂ

Dorinţa unui bărbat de a fi intim din punct de vedere fizic cu o femeie este una inocentă, aşa cum inocentă este şi dorinţa femeii de a fi dată gata de interesul şi pasiunea puternică a bărbatului. În timp ce majoritatea bărbaţilor doar speră să aibă noroc, sunt şi unii care se aşteaptă la asta. Au făcut dragoste cu femei care urmăresc doar să se distreze, aşa că se aşteaptă la asta de la toate femeile.

Se aşteaptă la asta pentru că o văd la televizor, în filme, şi în reviste şi presupun să toate femeile sunt la fel de rapide ca bărbaţii. Fără a înţelege de ce este nevoie pentru a face o relaţie să meargă, se pare să sexul rapid este un antidot dumnezeiesc pentru o viaţă amoroasă plină de frustrări. Nimic nu poate fi mai departe de adevăr.

Înţelegând cu precizie ideea înţeleaptă de a o lua încet şi de a trece prin cele cinci etape ale unei relaţii, atât femeile cât şi bărbaţii se vor bucura mai mult de întâlniri şi, într-un final, vor găsi dragostea adevărată. Când un bărbat e obişnuit să le grăbească pe femei şi apoi întâlneşte o femeie care vrea să ia lucrurile încet, e normal pentru el să mormăie puţin. Dacă totuşi este mai mult decât atracţie fizică între ei, el îi va respecta dorinţele şi o va lua încet.

În loc să refuze să fie receptivă la toate avansurile lui, dacă nu este încă pregătită, o femeie ar trebui pur şi simplu să spună „nu" aspectului sexual, politicos şi ferm. Dacă o poate respecta, atunci e demn de ea. Dacă nu poate şi se enervează, atunci nu este pregătit să intre într-o relaţie, iar ea îşi face şi îi face şi lui un favor refuzându-l.

Dacă o femeie nu este pregătită, poate spune „nu" avansurilor sexuale ale unui bărbat, politicos şi ferm.

Când un bărbat vrea să fie mai intim din punct de vedere fizic, iar femeia nu ştie cum să spună nu pentru că nu vrea să-i rănească sentimentele, trebuie să-şi amintească faptul că nu e obligată să facă nimic. Tot ce are el nevoie de fapt este să simtă că a reuşit s-o facă să se simtă împlinită şi să spere că într-o zi s-ar putea să se întâmple. Ea poate spune simplu: „Îmi place asta, dar nu sunt pregătită pentru mai mult. Pentru moment nu pot merge mai departe."

A refuza sexul nu înseamnă că un cuplu n-ar trebui să descopere intimitatea sexuală. Bărbaţii au nevoie de intimitate fizică pentru a-şi deschide sufletul, pentru a simţi dragostea şi dorinţa şi pentru a se simţi angajaţi. Aşa cum femeile sunt stimulate de interesul romantic al bărbatului şi de conversaţiile plăcute, bărbaţii sunt stimulaţi de capacitatea femeii de a răspunde prin sexualitate. Totuşi, pentru a fi stimulaţi, nu trebuie să meargă până la capăt.

O femeie poate spune da la diversele grade de intimitate, fără a trebui să meargă până la capăt. Aceasta este o informaţie foarte importantă, fiindcă, pentru a evita contactul sexual, multe femei nu-şi vor arăta în mod fizic afecţiunea şi sexualitatea. Pentru ca o femeie să se simtă confortabil în cadrul intimităţii fizice, ea trebuie să împărtăşească o imagine clară referitor la cât de departe vrea să meargă şi trebuie să primească un mesaj clar de la bărbat – că acesta va respecta ceea ce vrea ea.

Poate fi foarte neplăcut sau chiar dificil pentru o femeie să spună nu unui bărbat atunci când este excitată. Când ea îl sărută, iar el vrea să meargă mai departe, ea nu vrea mereu să spună nu. Pentru a face mai uşoară o discuţie clară despre sex cu un bărbat, putem apela la nişte exemple din baseball.

Când ajungi la baza întâi

În principiu, sunt patru etape ale intimităţii sexuale şi fizice. La fel ca în baseball, fiecare etapă presupune să ajungi la o altă bază. Să ajungi la baza întâi înseamnă să săruţi şi să îţi exprimi afecţiunea. La început, oamenii se ating cu naturaleţe şi fără intenţie. Pot petrece minute întregi uitându-se unul în ochii celuilalt în timp ce iau masa împreună. Apoi el o ia de mână, o prinde de mijloc sau o sărută. Încet-încet, sărutul lor devine mai lung şi mai pasional.

Pe măsură ce ajung să se cunoască, el se simte foarte confortabil ţinându-o în braţe şi de mână, în public sau în intimitate. În intimitate pot petrece ore întregi îmbrăţişaţi sau sărutându-se şi împingându-şi trupurile unul în altul. Deşi pasiunea e mare, ei rezumă în mod conştient stimularea la multe săruturi, la cuibăritul unul în braţele celuilalt, la îmbrăţişări şi rostogoliri, stând pe rând unul deasupra celuilalt.

Când ajungi la baza a doua

Baza a doua înseamnă mai multe mângâieri. În această etapă, cei doi încep să-şi stimuleze zonele mai erogene. În principiu, sunt trei zone ale explorării. Prima este de la umeri şi gât în sus,

plus mâini, braţe şi picioare. Cea de-a doua, de la mijloc în sus şi cea de-a treia de la mijloc în jos. Încet-încet vor începe să se descopere şi să se atingă unul pe celălalt. La început vor fi îmbrăcaţi în timp ce fac această explorare, apoi vor avea mai puţine haine pe ei, iar în final deloc.

Când ajungi la baza a treia

Să ajungi la baza a treia înseamnă să stimulezi zonele genitale fără a avea contact sexual. Aceasta include atingeri, mângâieri şi stimulări ale partenerului pe toate cele trei zone. Deşi bărbatul nu ajunge la penetrare prin contact sexual, îşi oferă unul altuia clipe de plăcere prin stimulare reciprocă. În final se vor bucura amândoi de explozia de fericire proprie a două suflete unite în dragoste.

Femeile fac în mod obişnuit greşeala de a se grăbi spre baza a treia pentru a-l satisface pe bărbat, căci simt nerăbdarea şi dorinţa lui. Aceasta este o greşeală. În cazul ideal, înainte să-i ofere lui un orgasm, ea trebuie să fie deschisă şi receptivă la a avea ea însăşi orgasm. Când şi ea simte dorinţa de a avea un orgasm şi trăieşte unul, atunci nu dă prea mult şi nu merge prea departe oferindu-i un orgasm bărbatului. În sensul acesta, ascultând impulsul propriului ei corp, ea ştie cât de departe să meargă.

Alunecarea spre baza casă

Baza a patra sau baza casă înseamnă contact sexual.

* * *

Înţelegând precis care sunt cele patru etape, o femeie îi poate comunica unui bărbat cât de departe e dispusă să meargă, cu acurateţe şi siguranţă. Această clarificare o lasă să treacă de la sentimente de nesiguranţă la o implicare mai mare în relaţia cu un bărbat.

Decizia privind cât de departe merge ar trebui să fie mereu a femeii. Pentru a lua această decizie, ea trebuie să fie sigură că voinţa nu-i vine dintr-o obligaţie sau din simpatie pentru nevoile bărbatului, sau din spirit de revoltă faţă de autorităţi. Ea trebuie să fie atentă la sentimentele ei pentru a vedea când e pregătită. O mai

bună înțelegere a celor cinci etape ale unei relații îi va ajuta atât pe ea, cât și pe el să înțeleagă de ce răbdarea este atât de importantă.

CUM SĂ SPUI NU

Rachel nu avea nici o problemă să spună nu. A ales să rămână virgină până în noaptea nunții, când avea douăzeci și opt de ani. La un moment dat în timpul unei întâlniri, dacă simțea o presiune crescândă de a fi mai intimi din punct de vedere fizic, ea spunea pur și simplu: „Uite, vreau doar să-ți spun că sunt virgină și că vreau să rămân așa până mă căsătoresc. Îmi plac sărutările și mângâierile, dar asta e tot." Stabilindu-și limitele, ea se simțea apoi liberă să-și deschidă inima și să crească gradul de intimitate fizică pe măsură ce ea și bărbatul cu care ieșea în oraș deveneau mai intimi din punct de vedere emoțional și mental.

Andrea avea o altă abordare. Dacă un sărut devenea foarte pasional, spunea foarte clar: „Nu vreau să merg mai departe. Nu sunt pregătită. Am nevoie de mai mult timp." Pe măsură ce timpul trecea, îl lăsa pe bărbat să înțeleagă când era pregătită să meargă mai departe.

Cathy spunea foarte repede, pe un ton prietenesc: „Nu, nu vreau să fac asta. Nu sunt pregătită. Vreau doar să ne sărutăm."

Cea mai bună abordare este să fii clar și hotărât. Dacă ești vag, nu funcționează. Mulți bărbați percep drept invitație clară de a continua avansurile atunci când o femeie spune: „Nu știu. Poate ar trebui să așteptăm." Ei vor continua până vor auzi un nu clar. Exact așa cum un bărbat trebuie să respecte limitele unei femei, femeile trebuie să aibă în vedere mesajul pe care îl trimit.

Când un bărbat atinge o femeie, a-i da mâna la o parte este, în general, interpretat greșit ca: „Nu încă; nu sunt pregătită." Dacă vrea să spună: „Nu mai face gestul ăsta.", trebuie să exprime acest lucru în cuvinte. Dacă el nu respectă acel prim nu, atunci ar trebui să se ridice și să plece. Ea poate fi în același timp politicoasă și clară în ceea ce privește stabilirea limitei. Ar putea să se ridice și să spună pur și simplu: „Chiar îmi place de tine, dar nu sunt pregătită pentru asta." Apoi ar trebui să se ducă acasă, sau măcar în altă cameră.

CÂND E O GREȘEALĂ SĂ AȘTEPȚI ÎNAINTE DE A TE IMPLICA

Fără să înțeleagă precis cum să spună nu și cum să stabilească limitele în ceea ce privește gradul de intimitate sexuală pentru care este pregătită, o femeie nu se va deranja să meargă la întâlniri dacă nu întâlnește un bărbat căruia să nu trebuiască să-i spună nu. Ea așteaptă să-l întâlnească pe Făt-Frumos. Ea decide să refuze întâlnirile și să nu flirteze până când nu simte din prima că bărbatul acela este cel potrivit pentru ea.

Mary mi-a împărtășit sentimentele ei: „Pentru mine, cea mai grea parte a despărțirilor este că știu că va trebui să mă dezbrac încă o dată în fața unui alt bărbat."

Deși vroia doar să fie amuzantă, a renunțat. Mary nu se simțea confortabil spunând nu sau da avansurilor unui bărbat, așa că a decis că trebuie să aștepte pentru a se implica. Mi-a spus: „Pur și simplu nu mai pot să mă implic în relații cu bărbați care nu sunt potriviți pentru mine. De aici înainte nu voi mai ieși la întâlnire cu un bărbat dacă nu știu că este potrivit pentru mine."

Această așteptare este complet nerealistă. Cu această atitudine, Mary ar putea aștepta toată viața și ar putea rămâne singură. Știi că un partener este potrivit doar în stadiul al patrulea, cel al intimității; e complet nerealist să faci din asta o condiție preliminară. În stadiul al doilea e perfect normal să te întrebi dacă un partener este potrivit pentru tine sau nu.

La un anumit moment în stadiul nesiguranței, dacă au fost atenți să nu urmărească alte relații, atât femeia, cât și bărbatul vor fi pregătiți să treacă la stadiul relației exclusive. Ori devin mai interesați de a se cunoaște unul pe celălalt, ori nu. Chiar dacă nu poți fi sigur, dacă o parte din tine vrea să continue relația și dacă vrei să te pregătești pentru a fi sigur, atunci e momentul să treci la cea de a treia etapă și să ai o relație exclusivă.

5

A TREIA ETAPĂ: EXCLUSIVITATEA

Când suntem capabili să simţim că partenerul cu care ne întâlnim are potenţialul de a fi o pereche, sau dacă simţim că vrem să ajungem să-l cunoaştem mai bine şi să dăm o şansă relaţiei, atunci suntem pregătiţi să trecem la cea de-a treia etapă, exclusivitatea. În acest stadiu, ne angajăm să ne concentrăm pe o relaţie romantică şi să evităm să lăsăm să înflorească altă relaţie pe lângă aceasta.

În stadiul al treilea, construim o fundaţie care ne permite să ne deschidem sufletele şi să iubim cu adevărat pe cineva. Înainte de acest stadiu, doar reacţionăm gândindu-ne că vom primi ceea ce avem nevoie şi că vom testa dacă vrem să ne implicăm. În acest moment chiar avem şansa de a da în mod liber şi total şi de a simţi că primim în schimb ce avem nevoie.

A avea o relaţie bazată în principal pe dragoste şi a evita alte relaţii romantice pe lângă aceasta constituie fundaţia unei iubiri adevărate.

În acest stadiu, majoritatea cuplurilor ce ies împreună sabotează fără să ştie această şansă de a se bucura de ce e mai bun în partener şi în ei înşişi. De îndată ce relaţia lor devine una bazată pe fidelitate, cei doi se relaxează şi nu mai fac efortul de a-şi arăta părţile bune. Aceasta este o mare greşeală. În această etapă, trebuie să facem un efort deliberat de a continua micile gesturi romantice care ne-au făcut să trecem cu succes prin primele două etape.

După ce cuplul devine unul bazat pe exclusivitate, partenerii devin adesea prea comozi şi încep să-l considere pe celălalt ca ceva sigur. Bărbatul nu-i mai face curte femeii pentru că simte că

i-a câştigat inima, iar femeia tinde să aştepte mai mult, din moment ce acum sunt fideli unul altuia. Lucrul acesta creează probleme predictibile care pot fi evitate.

CÂND ÎNCETEAZĂ CURTAREA

Un bărbat poate face totul pentru a câştiga inima unei femei, dar odată ce a trecut linia de sosire, opreşte motorul, parchează maşina şi sărbătoreşte. În cea de-a treia etapă, exclusivitatea, el presupune în mod greşit că s-a terminat procesul de curtare. Trebuie să i se spună însă că nu s-a terminat cursa. Că doar a trecut la viteza a treia. Încă nu a ajuns la viteza maximă. Mai are de trecut la vitezele a patra şi a cincea. Pentru a trece mai departe de viteza a treia, un bărbat trebuie să se concentreze să fie cel mai bun partener şi să continue să conducă relaţia.

Majoritatea bărbaţilor cred că trebuie să facă micile gesturi romantice doar până când sunt acceptaţi de femeie, iar apoi se pot relaxa. Ei nu-şi dau seama în mod instinctual că ceea ce hrăneşte atracţia pe care o femeie o simte faţă de ei este atenţia romantică. Dacă bărbatul se relaxează prea mult, femeia nu va mai avea resursele necesare pentru a continua să-i răspundă aşa cum o făcea până atunci.

Un bărbat trebuie să-şi amintească faptul că, deşi au o relaţie exclusivă, curtarea nu a încetat. Fără o bună înţelegere a etapelor prin care va trebui să mai treacă, şi el începe să rămână fără combustibil. Reamintindu-şi de scopul lui, bărbatul va găsi energia şi motivaţia necesare pentru a da ce-i mai bun din el.

Acest efort este asemănător cu cel presupus de ridicarea greutăţilor sau de munca suplimentară făcută la serviciu pentru a face ca un proiect să reuşească. Făcând efortul necesar, el va scoate la iveală ce e mai bun din partenera lui. Răspunsurile ei calde şi prietenoase îi vor da bărbatului energia de a continua.

EFICIENŢA MARŢIANĂ

Locuitorii de pe Marte încearcă în mod instinctiv să fie eficienţi. Mottoul lor este: „Să nu faci niciodată ceva pe care nu eşti obligat să-l faci. Dacă îl va face altcineva, relaxează-te. Salvează-ţi energia pentru situaţiile de urgenţă. Lasă deoparte lucrurile care nu trebuie să fie făcute, astfel încât să poţi face ceea ce trebuie făcut. Mergi din punctul A în punctul B cât de repede poţi. Fă mai puţin şi reuşeşte mai mult. Investeşte-ţi resursele astfel încât să nu trebuiască să munceşti mai târziu." Toate acestea sunt tendinţele marţiene.

De ce oare bărbaţii aşteaptă până în ultimul moment pentru a face ceva? Pentru că simt că, dacă aşteaptă suficient de mult, deseori problema fie dispare, fie e rezolvată de altcineva. Dacă acest lucru nu se întâmplă, atunci problema trebuie rezolvată şi astfel bărbatul îi alocă timpul şi energia necesare.

Pentru a se asigura că nu irosesc energie, bărbaţii stabilesc automat priorităţi. Dacă un lucru nu a ajuns în capul listei, nu este făcut. Bărbaţii aşteaptă să fie siguri că un lucru este necesar înainte de a-şi dedica energia acestuia. Bărbaţii fac ceea ce cred că li se cere. Problema este că nu ştiu mereu ce li se cere, mai ales în cazul legăturilor de dragoste.

Din acest motiv e vital ca bărbaţii să le înţeleagă pe femei. Altfel, nu vor şti de ce e nevoie pentru a face o relaţie să meargă. Când presupune că face destul, iar femeia nu este fericită, bărbatul renunţă rapid şi nu mai e atras de ea deoarece crede fie că ceva nu e în ordine cu ea, fie că nu e partenera potrivită pentru el. E posibil ca abordarea lui să fie singurul lucru nepotrivit.

PĂSTRAREA AVANSULUI

Fără a înţelege strategia de bază din etapa a treia, bărbaţii vor presupune în mod greşit că au făcut tot ceea ce trebuia pentru a câştiga inima partenerei. Atunci vor crede că se pot relaxa şi că pot trăi din dobânda ce le revine din investiţia iniţială. Relaxându-se în acest fel, bărbatul îşi pierde avântul, iar relaţia încetează să mai

scoată la iveală ce e mai bun în cei doi parteneri. El devine din ce în ce mai pasiv în cadrul relaţiei şi îşi pierde avansul.

Lucrul acesta se poate întâmpla în orice domeniu de activitate. În mod sigur, se întâmplă mereu la serviciu. După ce au succes, companiile mari îşi pierd avantajul competitiv. Devin prea comode şi încetează să mai caute modalităţi inovatoare de a rămâne în fruntea concurenţei. Devin prea moi şi se complac prea uşor cu starea în care se află. Îşi pierd puterea şi norocul care veneau odată cu munca susţinută, cu eforturile şi cu sacrificiile făcute, cu activitatea de planificare şi cercetare şi cu asumarea unor riscuri rezonabile. Pentru a păstra avantajul şi fineţea concentrării, companiile trebuie să continue acele acţiuni care le-au făcut să ajungă pe primul loc.

Făcând cât pot de mult, bărbaţii ajung la un punct maxim. Ajung la limita potenţialului lor. Rezultatul încercării de a arăta tot ceea ce pot este un mai mare grad de creativitate. Consecinţa automată a încercării de autodepăşire înseamnă mai multă putere. Bărbaţii obţin astfel puterea şi creativitatea necesare pentru a face mai multe, a fi mai buni şi a reuşi mai multe.

Exprimându-şi în totalitate acest potenţial, bărbaţii permit acestuia să se lărgească şi să se mărească. Iar ei vor trebui să facă mai multe pentru a atinge aceste noi limite. Dacă nu folosesc această oportunitate de a-şi dezvolta şi exprima forţa şi creativitatea crescute, pierd avansul. Doar continuând să-şi exprime acest potenţial în creştere, reuşesc bărbaţii să-şi menţină avansul.

Această dinamică e valabilă mai ales în etapa a treia a relaţiei. Bărbaţii asigură creşterea gradului de afecţiune şi interes pentru o relaţie doar continuând să aloce timp pentru a afla ce ar putea să-i placă unei femei şi făcând efortul de a plănui şi a aranja o întâlnire romantică.

Ei descoperă astfel cât de multe alte lucruri poate oferi o relaţie. Descoperă o parte a lor pe care nu o cunoşteau: încrezătoare, hotărâtă şi responsabilă. Simt latura plină de siguranţă, receptivă şi sensibilă a partenerei, latură pe care nu ar fi cunoscut-o altfel. Menţinându-şi avantajul în cadrul relaţiei, bărbaţii creează condiţiile pentru ca dragostea adevărată să iasă la iveală.

O RELAȚIE E CA O INVESTIȚIE

Bărbații privesc în mod automat o relație ca pe o investiție. Investesc energie și speră să obțină ceva din asta. De aceea alocă timp pentru a găsi persoana potrivită. Ar fi un lucru prostesc să investești totul în ceva nepotrivit. Odată ce un bărbat alege o parteneră căreia să îi fie fidel, el crede în mod greșit că a făcut investiția.

Bărbații trebuie să aibă o perspectivă mai realistă. În etapa a treia, un bărbat de-abia câștigă capitalul pe care îl va investi. În etapa a patra alege unde să-l investească, iar în etapa a cincea îl investește. Când reușește să parcurgă cele cinci etape, atunci l-a investit cu succes în relația pe care o are. Poate trăi pentru tot restul vieții din eforturile deliberate și munca susținută ce au fost necesare pentru a trece prin cele cinci etape.

În etapa a treia, bărbatul trebuie să-și dea seama că i se va cere încă și mai mult, dar nu mai mult decât poate da. Ceea ce e mai bun în el e de ajuns. Pe măsură ce se dezvoltă și poate da mai mult, partenera lui poate oferi și ea mai mult, într-o manieră sănătoasă. Pe măsură ce ei se pregătesc astfel să simtă în stadiul următor cum gradul de intimitate adevărată va crește, perspectiva bărbatului vizavi de relație are o șansă să se schimbe.

CUM TRĂIESC BĂRBAȚII SCHIMBĂRILE

Continuând să arate ce e mai bun în el, bărbatul simte că stă în puterea lui ca partenera să dea ce are mai bun. De altfel îi și place să facă asta. Deși necesită efort și atenție, prin asta bărbatul devine mai puternic. Iar când e hotărât și încrezător în forțele proprii, îi face plăcere să se străduiască.

Exact așa cum sportul și antrenarea mușchilor îl fac mai puternic, iar într-un final se va simți mai bine, bărbatul descoperă că în stadiul al treilea are o putere extraordinară de a oferi. Dezvoltarea pe care o asigură relației în stadiul al treilea îi dă puterea de a trece prin stadiile trei și patru.

Folosindu-și în mod voit energia și atenția pentru a o face pe femeie să se simtă împlinită din punct de vedere al nevoii de romantism la mult timp după ce ea l-a acceptat, bărbatul se antrenează pentru a vedea că micile gesturi romantice făcute la întâlniri nu sunt doar ca să câștige inima unei femei, ci sunt chiar cerute și necesare pentru a-i menține sensibilitatea.

În loc să plănuiască o întâlnire pentru că știe că va fi impresionată, el o plănuiește pentru că o face să se simtă împlinită pe femeia la care ține, iar acest lucru îl face să se simtă bine. Pe măsură ce el are repetate succese în stadiul al treilea, a oferi într-o modalitate romantică devine ceva automat pentru el.

A oferi necesită efort și risc asumat, dar recompensa face ca ele să merite. Această recompensă constă în plăcerea și mândria pe care el le simte atunci când reușește să-și facă partenera fericită.

CUM SE SCHIMBĂ BĂRBAȚII

Dacă nu înțelege importanța continuării gesturilor romantice, un bărbat va înceta fără să-și dea seama să mai facă acele lucruri care l-au făcut atrăgător la început. Haideți să vedem câteva exemple de schimbare în comportamentul bărbaților.

Johnny și planurile lui

La începutul relației, Johnny obișnuia să aranjeze întâlnirile cu ceva timp înainte. Căuta să vadă ce evenimente au loc, căuta idei și îi sugera planurile Vanessei, iubita lui. În general, ea era foarte mulțumită de ideile lui și au avut multe întâlniri reușite.

După ce au trecut la stadiul de exclusivitate, totul s-a schimbat rapid. Johnny n-a mai plănuit în avans întâlnirile. Aștepta ziua de vineri și atunci o întreba pe Vanessa ce vrea să facă. Din moment ce aveau mai puțin timp pentru a face planuri, au început să facă lucruri obișnuite, ca de exemplu să împrumute casete video și să facă pop-corn. Nu era nimic în neregulă cu asta. Până la urmă nu toate întâlnirile trebuie să fie speciale. Varietatea e bună. Pentru un timp Vanessa și Johnny s-au simțit foarte bine fără să iasă în oraș.

Dar cum acest lucru continua, începură să-şi piardă interesul unul pentru celălalt. După ce a participat la un atelier Marte/Venus având ca temă întâlnirile, Johnny şi-a dat seama ce se întâmplă. Şi-a dat seama că a încetat să mai plănuiască întâlnirile. În cadrul atelierului a aflat că femeilor le place ca bărbaţii să planifice întâlnirile. Femeilor le plac bărbaţii care au un plan, iar Johnny încetase să mai facă planuri. Nici măcar nu observase schimbarea. Încetase să mai facă planuri pentru că motivul şi motivaţia iniţiale dispăruseră.

La începutul relaţiei, făcea planuri în avans pentru a fi sigur că obţine o întâlnire. Nu vroia ca Vanessa să-şi facă alte planuri pentru weekend, aşa că plănuia lucrurile cu mult timp înainte. Când a fost clar că vor fi fideli unul altuia, ea nu şi-a mai făcut planuri pentru weekend ca să poată fi cu el. El nu mai avea atunci nici un motiv să plănuiască şi să aranjeze întâlnirile în avans.

Johnny găsi un nou motiv pentru a plănui în avans. Când plănuia lucrurile în avans, nu numai că Vanessa simţea că i se acordă mai multă atenţie şi se simţea mai specială, dar avea o săptămână la dispoziţie să se gândească la întâlnire şi s-o aştepte. Majoritatea bărbaţilor nu-şi dau seama cât de important este acest lucru pentru femei. Lor le place să privească în viitor, să se pregătească, să fie gata şi să vorbească despre asta cu prietenele lor. Învăţând mai multe despre femei, Johnny a fost din nou motivat să plănuiască în avans. El spunea că această singură schimbare a făcut ca relaţia lor să fie din nou una savuroasă.

De ce Bob a încetat să mai vorbească

De-a lungul multor întâlniri cu Sarah, Bob a fost foarte vorbăreţ. Vorbea despre serviciul lui, despre ţelurile, valorile, părinţii, fraţii şi surorile lui, despre trecutul său, interesul pentru sport, întâmplările din viaţa de zi cu zi şi părerile lui despre ştiri, şi vorbea despre trecut în măsura în care avea legătură cu diferitele situaţii prin care trecea. Era partenerul de vis. Femeilor le place ca bărbaţii să le împărtăşească felul în care gândesc şi simt. Au avut multe conversaţii minunate.

Când au trecut la cea de a treia etapă, Sarah se aştepta ca lucrurile să rămână la fel şi chiar să se îmbunătăţească, dar lucrurile se întâmplară pe dos. Bob a încetat să mai vorbească la fel de mult. La început ea a crezut că era probabil distras de vreo problemă la serviciu, dar într-un final ajunse la concluzia că îşi pierduse interesul pentru ea.

Sarah îi sugeră să meargă să se distreze la un atelier Marte/Venus. Se gândea că, dacă ar merge împreună la un seminar despre comunicare, şi-ar da seama ce are de făcut. După seminar, totul s-a schimbat. Acolo a auzit că, la a treia întâlnire, bărbaţii vorbesc mai mult decât la oricare altă întâlnire. S-a simţit uşurată să afle că lipsa de interes pentru discuţii pe care o arăta Bob nu avea legătură cu ea sau cu relaţia lor, ci era un lucru perfect normal.

Bărbaţii pot să vorbească foarte mult la începutul relaţiei pentru că, într-un fel, sunt ca la un interviu de angajare. Ei îi fac partenerei un rezumat a ceea ce sunt, împărtăşindu-i gândurile, sentimentele şi valorile. Odată ce bărbatul obţine postul şi relaţia ajunge să fie una bazată pe exclusivitate, se produce o schimbare, căci nu mai au nici un motiv să continue să vorbească.

Discuţiile şi-au atins scopul. Acum că se cunosc unul pe celălalt, cei doi pot să fie şi să facă lucruri împreună. Bărbaţii vorbesc cel mai mult la cea de-a treia întâlnire pentru că după această a treia întâlnire se decid dacă să aibă sau nu o relaţie exclusivă. La fel ca în baseball, în general după trei lovituri, jucătorul fie ajunge la baza a patra, fie iese din joc.

Pe Marte, discuţiile nu sunt un scop în sine. În general, bărbaţii nu se sună unii pe alţii să-şi spună: „Hai să luăm prânzul împreună şi să vorbim pur şi simplu." Dacă o fac, se întâmplă pentru că au ceva urgent de vorbit. Când sunt invitaţi să ia prânzul în oraş, bărbaţii vor întreba: „Ce s-a întâmplat?" sau „Despre ce vrei să vorbim?"

Pe de altă parte, femeile se sună şi îşi spun: „Hai să luăm prânzul împreună." Nu trebuie să aibă un motiv clar pentru a sta de vorbă. Nu au teme anume de discutat sau probleme presante de rezolvat. Nici nu se deranjează să întrebe. Ele ştiu că o masă în oraş înseamnă că vor vorbi pur şi simplu.

La fel ca mulţi alţi bărbaţi, Bob a încetat să mai vorbească pentru că nu mai avea un motiv s-o facă. Şi-a terminat prezentarea şi a obţinut postul. După seminar, el şi-a dat seama că în cea de-a treia etapă a relaţiei trebuie să continue să facă lucrurile pe care le-a făcut pentru a-i câştiga inima. Unul dintre cele mai importante lucruri pe care trebuia să le facă era să continue să vorbească, aşa cum a făcut-o la primele întâlniri.

De ce Jerry a încetat să mai asculte

Destul de des în cea de-a treia etapă a relaţiei, unii bărbaţi fac greşeala să nu mai fie atât de atenţi la ce spune partenera lor şi să n-o mai privească la fel de mult. Stephanie mi se plângea: „Odată ce relaţia a devenit una stabilă, Jerry a încetat să mai asculte ce îi spuneam. Eu vorbeam, iar el se uita în altă parte. Nu-mi venea să cred." Stephanie a presupus că Jerry era un alt nemernic care începea în forţă, pentru ca mai apoi să devină pasiv.

Jerry, la fel ca mulţi bărbaţi, a făcut greşeala de a se relaxa prea mult în etapa a treia a relaţiei. Nici nu bănuia că o îndepărtează pe Stephanie. În consecinţă, ea se simţi ofensată şi puse punct relaţiei lor. Pentru Stephanie era important să înţeleagă de ce s-a întâmplat asta, ca să nu-şi păstreze părerea greşită despre bărbaţi. La un seminar Marte/Venus, a aflat că interpretase greşit sentimentele lui Jerry.

Când e vorba de afaceri, bărbaţii se uită la persoana căreia i se adresează, dar într-o împrejurare socială relaxată, această tendinţă se schimbă. Când doi prieteni adevăraţi iau prânzul împreună, nici unul nu se va simţi vinovat dacă celălalt se uită în altă direcţie.

Mai ales într-o împrejurare socială relaxată, bărbaţii se simt cel mai bine dacă se uită în jur în timp ce o persoană vorbeşte. Din acest motiv, în baruri veţi găsi mereu un televizor. Bărbaţii nu se simt deloc ofensaţi când persoana cu care vorbesc se uită şi ascultă în acelaşi timp un meci.

După ce Stephanie a învăţat mai multe despre obiceiurile celor de pe Marte, părerile ei despre bărbaţi au început să fie mai elastice. A aflat că Jerry a încetat să mai facă multe lucruri pe

care le făcea înainte pentru că *era* convins că vrea să aibă o relaţie cu ea.

La început, o privea direct în faţă pentru că încă mai era în stadiul de discuţie de afaceri. Asculta cu atenţie pentru a ajunge s-o cunoască, căci strângea informaţii ca să poată lua o decizie. Se concentra asupra ei pentru a-şi da seama dacă vroia să fie cu ea. Odată ce s-a convins că ea e aleasa, problema s-a rezolvat; deci se putea relaxa şi se putea uita în altă parte în timp ce ea vorbea. Neînţelegând ce apreciază cel mai mult femeile la un bărbat, Jerry şi-a sabotat singur relaţia.

De ce Ross a încetat să mai facă complimente

Naomi se plângea că: „După patru sau cinci întâlniri, Ross a încetat să-mi mai facă complimente. După ce mi-a dat de înţeles că vrea să iasă doar cu mine, a încetat să-şi mai arate afecţiunea. Credeam că începem să ne apropiem unul de celălalt. Nu înţelegeam de ce nu-mi mai face complimente, dacă mă plăcea atât de mult. După un timp, m-am enervat aşa de tare că am refuzat să mai ieşim împreună. Devenise foarte zgârcit când era vorba de afecţiune."

În cea de-a patra etapă, mulţi bărbaţi încetează în mod automat să-i mai facă complimente partenerei. Un bărbat presupune în mod greşit că, dacă se întâlneşte cu o singură femeie, ea nu mai are nevoie să primească complimente din partea lui. El crede că simplul fapt că vrea să fie doar cu ea echivalează cu afirmarea faptului că ea e mai specială decât alte femei.

Din punctul de vedere al unui bărbat, a face complimente este o modalitate de a transmite ideea că e atras de o femeie pe care o consideră atrăgătoare. Odată ce ajunge să fie convins că ea a înţeles mesajul, el nu mai simte nevoia de a face în continuare complimente. Din această perspectivă, nu mai are rost s-o facă. Bărbaţii gândesc aşa: „Bun, acum avem o relaţie stabilă; ar trebui să-şi fi dat seama că o consider drăguţă." Pentru că Ross a făcut mereu această greşeală, relaţia lui nu a trecut de cea de-a treia etapă.

Tom şi zona lui de confort

Louise întreba: „De ce continuăm să facem aceleaşi lucruri? La început, întâlnirile noastre erau amuzante şi interesante, dar acum Tom vrea să facem mereu aceleaşi şi aceleaşi lucruri."

Louise nu şi-a dat seama că cei de pe Marte sunt victimele obişnuinţei în multe privinţe. Bărbaţii tind să repete lucrurile pe care le-au făcut pentru a ajunge la etapa aceea şi nu vor încerca lucruri noi. Dacă un bărbat a dus o femeie la un anume restaurant, iar ei i-a plăcut, el o va duce tot acolo. El nu-şi dă seama că unul dintre principalele motive pentru care ei i-a plăcut a fost că era nou şi diferit. Femeilor le place varietatea. Le place să încerce lucruri noi şi să aibă experienţe noi. Continuând să-şi asume riscuri şi să încerce lucruri noi, bărbaţii pot fi siguri că vor trece cu succes de stadiul al treilea.

Jose a încetat să-şi mai ofere ajutorul

Maria se plângea: „De îndată ce relaţia noastră a devenit una exclusivă, Jose a încetat să se mai ofere să mă ajute. Venea la mine acasă şi se uita la televizor în timp ce eu pregăteam masa. La început, se oferea mereu să mă ajute. Apoi, nu mi-a venit să cred: a început să mă trateze ca pe o servitoare. Se aştepta să fac totul pentru el."

Înainte să aibă o relaţie bazată pe fidelitate, Jose vroia s-o facă pe Maria să creadă că e bucuros s-o ajute. Pentru a fi sigur că ea îi cunoaşte intenţiile, se oferea s-o ajute la spălatul maşinii, la cărarea pungilor, la mutatul cutiilor, o ducea cu maşina unde avea nevoie, o ajuta la prepararea cinei şi la repararea lucrurilor din casă. Apoi a încetat.

Maria a presupus că el aştepta să-i returneze favorurile făcute, ajutându-l pe el. Pentru un timp nu a avut nici o problemă cu acest lucru. Femeile sunt mereu bucuroase să poată returna ceea ce simt că au primit. Dar după un timp, a devenit foarte ranchiunoasă. Ea îi făcea servicii lui, dar el nu-i făcea ei. El încetase să-şi mai ofere ajutorul.

Maria nu înţelegea adevăratul motiv pentru care Jose a încetat să se ofere s-o ajute. El presupunea că ea a înţeles că e bucuros s-o ajute. Acum că erau apropiaţi, credea că, dacă ea ar

vrea să fie ajutată, i-ar cere s-o facă. Cum ea nu-i cerea acest lucru, el presupunea că face destul şi că ea nu mai vrea şi altceva.

În stadiul al treilea, bărbaţii ar trebui să-şi aducă aminte că o femeie se simte iubită şi sprijinită atunci când partenerul se oferă s-o ajute. Pentru o femeie, anticiparea nevoilor ei şi gestul lui de a se oferi s-o ajute sunt lucruri foarte romantice. Chiar dacă ea nu are nevoie de ajutorul lui în acel moment, se va simţi sprijinită doar pentru că el s-a oferit.

Pentru o femeie, anticiparea nevoilor ei şi gestul lui de a se oferi s-o ajute sunt lucruri foarte romantice.

În timp ce bărbaţii deştepţi continuă să-şi ofere ajutorul, femeile deştepte le cer acest lucru. Indiferent cât de „perfect" e un bărbat, tot de pe Marte vine. Chiar dacă îşi iubeşte la nebunie partenera, bărbatul nu ştie în mod instinctiv de ce are ea nevoie sau când să se ofere s-o ajute. El poate să fie dispus s-o ajute, dar pur şi simplu să nu ştie ce şi când ar trebui să-i ofere.

CEA MAI MARE PROVOCARE PENTRU O FEMEIE

În stadiul al treilea, cea mai mare provocare pentru o femeie este de a se folosi de arta de a cere ajutor bărbatului. Se consideră că femeile trebuie să fie dorite, nu să dorească ele însele ceva. Le e greu să ceară mai mult. Cea mai mare greşeală pe care o poate face o femeie în stadiul al treilea e să presupună că bărbatul va face anumite lucruri fără ca ea să le ceară.

Se consideră că femeile trebuie să fie dorite, nu să dorească ele însele ceva.

În acest stadiu, femeile trebuie să treacă de această condiţionare limitativă pentru a descoperi că sunt mai atrăgătoare atunci când îşi exprimă dorinţele. O femeie devine mai atrăgătoare atunci când bărbatul ştie precis ce-şi doreşte ea. Astfel, el se simte încrezător în puterea lui de a o face să se simtă împlinită. Dacă ea se aşteaptă ca el să ştie care sunt lucrurile pe care trebuie să le facă, s-ar putea să aştepte toată viaţa.

CÂND SĂ CERI AJUTORUL

Cel mai bun moment pentru a cere ajutorul este atunci când bărbatul încetează să-l mai ofere. Acest lucru simplu poate fi foarte derutant pentru femei. Când un bărbat încetează să-şi mai ofere ajutorul, partenera lui presupune în mod greşit că e un moment nepotrivit pentru a-i cere ceva. La fel ca Maria, femeile nu-şi dau seama că bărbaţii pot fi dornici să ajute, dar aşteaptă să fie rugaţi. În loc să ceară ajutorul, ea rezolvă singură o problemă sau îşi amână împlinirea nevoilor. Deşi sacrificiile sunt inerente într-o relaţie, femeile tind să facă prea multe.

Când bărbaţii nu fac lucrurile pe care ar trebui să le facă, acest lucru se întâmplă pentru că ei nu ştiu ce să facă sau nu-şi dau seama cât de important poate fi un lucru pentru locuitoarele de pe Venus. Asta nu are nici o legătură cu cât de mult ţin la partenera lor. A treia etapă e momentul perfect pentru ca o femeie să devină mai directă şi să ceară ajutor. În această perioadă, a cere ajutor e cel mai bun lucru pe care ea îl poate face pentru un bărbat. Aşa cum micile gesturi romantice ale unui bărbat o asigură pe femeie că este specială, micile rugăminţi ale unei femei îl încurajează pe bărbat să continue să-i ofere ceea ce are el nevoie.

CÂND FEMEILE FAC SACRIFICII

O vreme, femeile sunt bucuroase să facă sacrificii şi să dea mai mult într-o relaţie. Pe Venus, acest lucru arată dragostea şi este una dintre modalităţile de a cere sprijin. Când o femeie dă mai mult, e semn că nu primeşte ceea ce ar trebui. Altă femeie ar observa imediat şi s-ar oferi s-o ajute. Pentru ea ar fi clar că, dacă o femeie se chinuie să care o cutie, ea cere de fapt ajutor.

Pentru un bărbat, acest lucru nu e mereu atât de clar. În primele două etape, el se oferea s-o ajute pentru a o asigura că e bucuros s-o ajute, dar, în etapa a treia, el presupune că, dacă partenera vrea să fie ajutată, îi va cere asta.

Când o femeie dă mai mult în loc să ceară ceva direct, bărbatul înţelege greşit mesajul. El tinde să creadă că ori ea nu are nevoie de ajutorul lui, ori el dă deja destul.

Când femeile nu cer ajutor, bărbaţii presupun în mod automat că ele primesc deja destul.

Fără a înţelege cât de diferit gândesc bărbaţii, femeile continuă să ofere bărbatului până când ajung să aibă resentimente. Pe măsură ce apar resentimentele, ele se simt din ce în ce mai îndreptăţite să ceară mai mult. Într-un final, ea va cere mai mult, dar pentru că are resentimente, o va face pe un ton prea dur sau se va plânge înainte de a cere ceva.

DE CE BĂRBAŢII REFUZĂ CERERILE FEMEILOR

În acest moment, bărbatul va refuza cererea ei. De asemenea, refuzul lui e interpretat greşit. El nu refuză s-o ajute, ci refuză să accepte atitudinea ei plină de ranchiună. El refuză să accepte imaginea negativă pe care i-o construiesc nemulţumirile ei. Deşi ea crede că tot ce face e să-şi împărtăşească sentimentele, el îi interpretează comportamentul ca manipulare şi învinovăţire pe nedrept.

Din această perspectivă, el se simte criticat pentru că nu a oferit destul şi se vede considerat ca fiind indiferent la nevoile ei. El îi respinge sentimentele pentru că ar fi ajutat-o bucuros. El primise mesajul că face destul, iar acum ea se întoarce împotriva lui, neapreciind ceea ce face pentru relaţie.

Toată această stare de agitaţie şi conflict poate fi ocolită dacă femeia îşi dă seama că a treia etapă a relaţiei este momentul perfect pentru a cere ajutor. Acum este momentul în care ea dispune de cea mai mare putere de convingere. A treia etapă este stadiul în care disponibilitatea bărbatului de a răspunde la cererile ei este cea mai mare.

În cea de-a treia etapă, femeia dispune de cea mai mare putere de convingere.

Dacă o femeie aşteaptă prea mult înainte de a cere ceva, când, într-un final, o va face, bărbatul poate înţelege că ea cere mai mult pentru că el nu a făcut destul. Acest gând nu e unul plăcut pentru un bărbat. Lui îi place să creadă că e băiat de treabă în ochii partenerei sale şi că e bucuros să facă un efort suplimentar pentru ea. Bărbaţii sunt într-adevăr mai motivaţi să spună da la rugămintea unei femei atunci când li se cere ajutorul având o atitudine lipsită de prejudecăţi, aşteptări şi obligaţii.

Când un bărbat iubeşte o femeie, chiar dacă nu vrea să facă un lucru, e bucuros să-l facă dacă primeşte mesajul clar că acel lucru o va face fericită pe partenera lui. Dacă primesc mesajul plin de resentimente şi plângeri cum că *ar trebui* să facă ceva, bărbaţii vor refuza să îl facă şi pot refuza să facă mai mult până când vor fi recunoscuţi şi apreciaţi pentru ceea ce au făcut deja.

DESCOPERIREA PUTERII EI

Cu mult înainte ca o femeie să ajungă la a patra etapă (intimitatea), când e potrivit să împărtăşească şi sentimente negative, trebuie să-şi descopere mai întâi puterea de a cere ceea ce îşi doreşte şi de a obţine aceste lucruri fără să simtă nevoia de a se plânge. O femeie are nevoie să simtă în mod continuu că partenerul e bucuros s-o ajute. Conştientă de acest lucru, pe măsură ce se deschide şi mai mult în cea de-a patra etapă, nu mai simte nevoia de a se folosi de sentimentele negative pentru a-şi motiva partenerul şi a-i îndeplini cererile. În schimb, ea se va deschide pentru a trăi un sentiment mai profund de intimitate şi pentru a-şi găsi alinarea.

Multe femei îi îndepărtează pe bărbaţi pentru că fac greşeala de a se concentra pe sentimentele negative înainte de a cere ajutorul. În general, pe Venus, femeile vorbesc şi îşi împărtăşesc sentimentele în privinţa unei probleme înainte de a cere o soluţie. Deşi această abordare poate funcţiona între prietene, ea nu e potrivită în relaţia cu bărbaţii. Iată câteva exemple:

Nu spune:	**Spune:**
„Noi nu ieşim niciodată în oraş."	„Mă scoţi în oraş la un concert weekendul viitor?"
„Noi nu mai facem nimic distractiv în ultimul timp."	„Hai să facem ceva amuzant weekendul ăsta. Hai să facem un picnic la munte."
„M-am săturat să tot ieşim în oraş."	„Poate mergem la mare weekendul ăsta. Ce zici?"

Învăţând să ceară ceea ce vor într-un mod pozitiv, femeile îşi vor dezvolta într-un final capacitatea de care au nevoie pentru a avea o relaţie excelentă cu bărbaţii.

ŞI FEMEILE SE SCHIMBĂ

Femeile sunt foarte conştiente de modul în care bărbaţii se schimbă de-a lungul unei relaţii, dar nu sunt la fel de conştiente de modul în care se schimbă şi ele. Femeile cred că, dacă au o relaţie stabilă, bărbaţii vor face în mod automat mai mult. Aşteptările femeilor cresc. Anticipând acest lucru, ele simt nevoia de a face mai mult pentru partenerii lor. Deşi pare o idee bună, nu e.

Pe măsură ce simte că dă mai mult, o femeie nu mai este flatată şi nu mai apreciază micile gesturi pe care le face partenerul. În loc să-l aprecieze din ce în ce mai mult, ea îl consideră drept ceva sigur. În loc să se bucure de cât de mult o sprijină el, începe să se simtă obligată să egalizeze scorul.

Din moment ce el a făcut lucruri pentru ea, femeia simte că ar trebui să facă şi ea ceva pentru el. Aşadar, începe cu nerăbdare să facă mici lucruri pentru el, devine mai îngăduitoare, îi face mai mult loc în programul ei, îşi face planuri cu el, face rezervări pentru el, îşi face griji pentru el, îl aşteaptă, încearcă să-l mulţumească etc. Începând să facă mai mult, deşi lui s-ar putea să-i placă, de fapt îi taie avântul.

E în regulă să dai, dar e extraordinar să primeşti. Secretul succesului unei femei în cel de-al treilea stadiu este de a continua să primească. Acesta este momentul în care ea ar trebui să se concentreze nu atât pe a face ceva pentru partenerul ei, cât pe a primi. Fiind receptivă şi sensibilă la ceea ce oferă un bărbat, creează cele mai bune condiţii pentru ca relaţia să se dezvolte.

Atâta timp cât ea nu dă mai mult decât simte că primeşte, nu se va aştepta să primească mai mult în schimb. Pentru a fi mai receptivă şi mai deschisă faţă de el, trebuie să se concentreze să aibă încredere în el şi să nu-i dea vreun sfat, acceptându-l aşa cum e, fără a încerca să-l schimbe în vreun fel, şi apreciind ceea ce îi oferă, indiferent cât de mult i-ar plăcea ei altceva.

Rolul ei este de a-i da oportunitatea de a continua să reuşească; rolul lui e de a continua să reuşească. În stadiul al treilea, a învăţa să-ţi formezi o atitudine receptivă poate fi o provocare la fel de mare pentru o femeie cum este pentru un bărbat să continue să ofere, când tendinţa naturală este de a se relaxa. Exact aşa cum un bărbat tinde să considere de la sine înţeles faptul că o femeie primeşte tot ceea ce are nevoie din moment ce el îi e fidel, o femeie consideră de la sine înţeles faptul că partenerul ar trebui să ofere şi să o sprijine mai mult.

NU-ŢI CONSIDERA PARTENERUL FIIND O ACHIZIŢIE SIGURĂ

La prima întâlnire e uşor să fii sensibil la nevoile celuilalt. După ce o femeie se întâlneşte cu un bărbat o anume perioadă de timp, iar el face în mod repetat aceleaşi greşeli, şi ea poate greşi fiind prea critică. Mai degrabă decât să se concentreze pe ce poate să facă pentru un bărbat, ar trebui să se concentreze să aibă o atitudine receptivă. Fără a lua decizia conştientă de a arăta ce are ea mai bun, femeia poate foarte uşor să înceapă să considere sprijinul bărbatului de la sine înţeles,

Ea poate uita cu uşurinţă să fie sensibilă la nevoile lui. La început această deschidere e automată, dar apoi o femeie alege în mod conştient să se concentreze să aibă o atitudine deschisă şi să acţioneze în consecinţă. După ce exprimarea acestei atitudini devine o obişnuinţă, femeile sunt pregătite să treacă la stadiul intimităţii. Iată câteva exemple de cupluri care ieşeau împreună şi au venit la şedinţe de consiliere sau la seminarii Marte/Venus.

Când Earl a întârziat

La început, când Earl întârzia, Dawn se gândea că „acum învaţă drumul spre casa mea." Câteva luni mai târziu, când Earl întârzia din nou, ea se supăra mai mult. În loc să se concentreze pe faptul că el venea la ea şi că era fericită să-l vadă, ea se supăra. Lui Earl i se părea că Dawn cere prea multe.

Odată ce Dawn şi-a descoperit greşeala, nu s-a mai uitat urât la el şi nu s-a mai plâns când a întârziat. Seara aceea a fost una minunată. După ce a sărutat-o de noapte bună, Earl şi-a cerut scuze şi i-a mulţumit că nu s-a supărat că a întârziat.

Dawn a învăţat cât e de important să fii receptivă la eforturile unui bărbat şi şi-a salvat relaţia. Aceste mici neînţelegeri pot împiedica un cuplu să treacă prin toate cele cinci etape ale unei relaţii.

Când Joel a dus gunoiul

La început, Joel obişnuia să ducă gunoiul, iar Veronica era fericită şi receptivă. Mai târziu, ea a început să-i spele din când în când hainele şi credea că el ar trebui măcar să continue să ducă gunoiul. Când Joel duse din nou gunoiul, observă imediat că ea nu-i răspunse în mod pozitiv. Când a întrebat-o dacă a observat că a dus gunoiul, ea a început cearta. Îi zise: „Eu nu mă aştept să fii entuziasmat când îţi spăl hainele, aşa că de ce ar trebui să fac atâta caz când duci tu gunoiul?"

Veronica avea argumentul cel mai bun, dar Joel a încetat să mai ducă gunoiul. Ea pur şi simplu nu înţelegea că bărbaţii sunt diferiţi şi că nu se mai simt atraşi de o femeie care nu e receptivă. Într-un final, ea a înţeles că atunci când era receptivă şi îi aprecia

eforturile răspunzându-i în mod pozitiv, nu numai că Joel era mai fericit, dar devenea mai interesat s-o ajute. Iar această atitudine a lui o făcea şi mai fericită şi mai receptivă.

Când Michael nu a sunat-o

La început, Michael nu o suna pe Teresa în mod regulat. Ea înţelegea asta, căci nu aveau încă o relaţie exclusivă, iar Michael avea un program foarte încărcat la muncă. După vreo zece întâlniri, ea începu să simtă că el ar putea s-o sune mai des. Totuşi, când o suna, nu era chiar atât de entuziasmată, iar când n-o suna destul de des, se supăra. Michael zicea că, după un timp, nu mai avea aceeaşi tragere de inimă s-o sune, iar gândul că ea aşteaptă telefonul lui îl îndepărta şi mai mult.

După o vreme, el îi zise: „Uite, dacă vrei să vorbeşti cu mine, mă suni." Teresa l-a sunat o perioadă, dar era dezamăgită de faptul că el era distant şi distras şi nu mai părea interesat. După ce a participat la un seminar Marte/Venus, Michael şi-a dat seama că, sunând-o sau chiar surprinzând-o cu un scurt bileţel, putea să-i dea de înţeles Teresei că era importantă pentru el şi că se gândea la ea. Chiar dacă nu avea prea mult timp sau prea multe de spus, putea s-o sune şi s-o întrebe ce mai face.

Teresa a învăţat să aprecieze faptul că el se gândea la ea şi să fie receptivă atunci când o suna. A învăţat să aprecieze modurile în care el îi spune că ţine la ea, iar el a început s-o sune mai des, nu pentru că trebuia s-o facă, ci pentru că vroia s-o facă.

Când Darrel deschidea uşa de la maşină

La început, când Darrel o invita pe Linda în oraş, ea zâmbea şi era foarte încântată când el îi deschidea uşa de la maşină. După vreo şase întâlniri, ea a început să se aştepte să i se deschidă uşa şi a încetat să mai zâmbească. Se purta de parcă asta era datoria lui. El era bărbatul şi trebuia să facă asta. După un timp, el începu din când în când să uite să-i deschidă uşa.

Deşi e important ca un bărbat să-şi arate afecţiunea pe care i-o poartă partenerei făcând lucruri mărunte, ca de exemplu să-i deschidă uşa de la maşină, e la fel de important ca femeia să fie

atentă la aceste gesturi şi să răspundă într-un fel care să-i arate ce simte pentru el.

După seminar, amândoi şi-au schimbat atitudinea. Linda spunea: „Nu înţelegeam de ce ar putea el să vrea ca eu să observ micile lucruri pe care le făcea. Nu înţelegeam, aşa că mi se părea că cere prea mult. Acum, fiindcă înţeleg că cel mai bun mod de a-mi arăta afecţiunea pe care i-o port este de a aprecia lucrurile pe care le face, sunt bucuroasă să o fac. Relaţia noastră a devenit mult mai distractivă şi mai plăcută."

Când Garry o invita la cină pe Lisa

La început, Garry a dus-o pe Lisa la un restaurant drăguţ, iar ea a apreciat foarte mult asta. Era fericită să fie acolo şi i-a plăcut foarte mult mâncarea. Garry era impresionat în mod deosebit de cât de pozitiv i se răspundea. După mai multe întâlniri, ea nu mai era atât de apreciativă. Nu mai era entuziasmată că merge la restaurant. Încetase să mai răspundă pozitiv, ba, chiar mai mult, răspundea negativ. În loc să se uite la ce e bine, ea răspundea la ce lipsea.

După un timp, Garry nu mai era dispus să aleagă restaurantul. În loc să vină cu o propunere, o întreba pe ea unde ar vrea să meargă. Se gândea: „Dacă e să fie mofturoasă, o las pe ea să aleagă restaurantul." După un timp, sentimentul de atracţie dintre ei a dispărut. La seminar, ei au găsit inspiraţia de a-şi exprima afecţiunea pe care o au unul faţă de celălalt.

Când el propunea un restaurant, Lisa era foarte atentă să-i împărtăşească în mod deschis cele mai bune sentimente. Nu se prefăcea. Avusese mereu capacitatea de a-şi arăta cele mai bune sentimente, dar odată ce s-a obişnuit cu Garry, se relaxase şi începuse să-şi descarce frustrările acumulate de-a lungul zilei, concentrându-se pe latura negativă a lucrurilor.

În mod clar, a scăpa de frustrările acumulate peste zi este un lucru important într-o relaţie, dar acest lucru nu ar trebui să se întâmple înainte de etapa a patra a relaţiei. În stadiul al treilea, ambii parteneri încearcă să-şi arate părţile cele mai bune. Odată ce acest lucru devine un automatism, cei doi sunt pregătiţi să

echilibreze balanța împărtășindu-și unul celuilalt și părțile negative. Atunci ea va avea înțelepciunea de a se asigura că el se simte apreciat pentru că i-a oferit o cină atât de frumoasă, iar el va înțelege că ea nu-l critică.

Când Ed plătea biletele

La început, Ed plătea biletele la teatru, iar Elaine părea că e impresionată și că apreciază gestul. După câteva luni, ea se obișnui ca el să plătească și începu să răspundă ca și cum era de datoria lui să o facă. Deși până la etapa a patra bărbatul *trebuie* să facă asta, acest lucru nu trebuie considerat ca de la sine înțeles, chiar dacă și femeia face unele lucruri pentru el.

După ce Elaine și-a dat seama că luase drept sigură relația ei cu Ed, a fost imediat gata să răspundă în mod diferit. Nu numai că începu să-i zâmbească și să-i mulțumească, dar era atentă să răspundă în mod pozitiv de fiecare dată când el făcea ceva pentru ea. Când el plănuia în avans o întâlnire, era atentă să-i spună că se bucură că și-a sacrificat din timp pentru a o plănui.

Câteodată, chiar dacă ea nu credea că e o idee atât de bună, îi aprecia eforturile și mergea pe mâna lui, fiind surprinsă de cât de bine s-a simțit. Începu să aprecieze că nu trebuie să se gândească și să facă planuri de fiecare dată. Acest lucru în sine era mai important decât plănuirea întâlnirii perfecte. Lui Ed îi plăcea asta la nebunie și se gândea mereu la lucruri pe care să le poată face împreună, întrucât ea răspundea atât de bine la eforturile lui. În loc să primească o listă de lucruri care ar putea să fie nepotrivite sau s-ar putea sfârși rău, primea încurajările ei. Astfel, relația lor a devenit din nou distractivă.

Când Rick îi făcea complimente lui Colleen

La început, Rick obișnuia să-i facă complimente lui Colleen. Ea zâmbea și le accepta. După un timp, ea a încetat să mai răspundă când îi făcea complimente. Spunea ceva de felul: „O, chiar nu-mi place cum îmi stă părul așa." sau „Nu pot să cred; rochia asta e chiar demodată." sau „Chiar nu am avut timp să mă aranjez." sau „O spui doar așa; cred că arăt îngrozitor." După un

timp, Rick încetă să-i mai facă complimente. Și nici măcar nu și-a dat seama că avusese loc o schimbare.

La seminarul Marte/Venus el a aflat cât de importante sunt complimentele și a început să-i facă din nou. I-a cerut lui Colleen doar să le accepte și să spună mulțumesc. Colleen a fost deschisă să învețe despre diferențele dintre ei și dornică să răspundă în mod pozitiv la complimentele lui. După câteva luni, spunea nu numai că îi place mai mult să primească complimente, dar că începuse să le creadă.

ÎNȚELEGEREA SCOPULUI CELEI DE-A TREIA ETAPE

Fără a înțelege scopul celei de-a treia etape, un cuplu poate foarte ușor eșua în a crea experiențele care vor determina soarta relației lor. Fiecare partener trebuie să simtă ceea ce are celălalt mai bun de oferit. Amândoi au nevoie să simtă că au puterea să dea o parte din ei și să reușească.

În cea de a treia etapă, ei trebuie să creeze o istorie a întâlnirilor la care el a reușit, iar ea s-a simțit încurajată. Pe viitor, când unul dintre parteneri nu oferă destul sau nu e receptiv, celălalt poate avea încredere că nu e decât o situație trecătoare și că ei au puterea de a crea din nou o experiență pozitivă.

Acesta nu este deloc momentul potrivit pentru a-l evalua pe partener. E, în schimb, timpul pentru a vă evalua relația și a vă gândi la ce ați putea face ca să dați ce aveți mai bun și ca să scoateți la iveală ce are mai bun partenerul vostru. În acest scop, bărbații fac gesturi romantice, iar femeile se concentrează să fie receptive și să răspundă în mod pozitiv. Dacă din asta rezultă dorința lor de a da ce au mai bun, atunci cei doi sunt pregătiți să trăiască dragostea adevărată și de durată care se poate dezvolta în cea de-a patra etapă, cea a intimității.

ÎNȚELEPCIUNEA DE A AȘTEPTA

Înțelepciunea de a aștepta înainte de a trece la intimitate dă dorinței bărbatului șansa de a se dezvolta la nivele mai înalte.

Când un bărbat acordă suficient timp trecerii prin primele trei etape ale relației, dorința lui fizică se transformă astfel încât să includă dorința la nivel emoțional de a-și mulțumi partenera. La rândul ei, dorința de a o mulțumi se transformă într-un interes real de a o descoperi pe parteneră. Acest interes de a o descoperi are șansa de a se transforma în dragoste. Când dorința lui fizică este și expresia iubirii pe care el o poartă femeii, atunci acesta este cel mai potrivit moment pentru a trece prin nivelurile succesive de intimitate.

O relație bazată pe exclusivitate este baza unei relații intime de durată. Femeile creează intimitatea împărtășind cu onestitate sinele, iar bărbații trăiesc intimitatea profundă susținându-și partenera și împlinindu-i dorințele. Pe măsură ce ea se deschide mai mult, el poate s-o cunoască din ce în ce mai bine. Dacă el continuă s-o susțină în timp ce începe s-o cunoască mai bine, atunci iubirea lui are șansa de a crește în intensitate.

6

A PATRA ETAPĂ: INTIMITATEA

Când putem simţi şi scoate la iveală ceea ce e mai bun în noi şi în partenerul nostru, atunci suntem pregătiţi să îi cunoaştem toate laturile şi să îl lăsam să ne cunoască în toate aspectele noastre. Când simţim că alchimia cuplului funcţionează la toate cele patru niveluri – fizic, emoţional, mental şi spiritual –, atunci suntem pregătiţi pentru intimitate.

Aceste diferite niveluri ale alchimiei cuplului pot fi explicate cu uşurinţă.

- Atracţia fizică duce la dorinţă şi excitaţie.
- Atracţia emoţională duce la afecţiune, ataşament şi încredere.
- Atracţia mentală duce la interes şi receptivitate.
- Atracţia spirituală ne deschide inimile, insuflă dragoste, apreciere şi respect.

Când suntem atraşi de un partener la toate cele patru niveluri, suntem pregătiţi să trecem la cea de-a patra etapă.

Dacă dorinţele vă sunt împlinite în primele etape ale relaţiei, veţi avea capacitatea de a descoperi care e nivelul atracţiei spirituale şi a iubirii pe care o simţiţi pentru partener. Folosirea abilităţilor potrivite la întâlniri nu vă poate face să iubiţi mai mult pe cineva şi nici pe partener să vă iubească mai mult, dar abilităţile folosite la întâlniri *vă pot* ajuta să descoperiţi cât de mult iubiţi o persoană.

ATRACŢIA NU SE CREEAZĂ

Atracţia nu se poate crea la nici unul dintre nivele. Nu poţi face pe cineva să fie atras fizic de tine. Tot ce poţi face este să creezi condiţiile potrivite pentru ca acea persoană să descopere ce alchimie e posibilă. Nu poţi găsi apă oriunde sapi un puţ.

Când o femeie se ridică de la o masă într-un restaurant şi se duce la toaletă, bărbatul o poate vedea. Ori se simte atras, ori nu. Aceeaşi femeie, văzută de bărbaţi diferiţi, va trezi diverse grade de atracţie şi interes.

În mod similar, nu putem crea alchimia emoţională, mentală şi spirituală. Ea există pur şi simplu. Ceea ce putem face e să creăm condiţiile potrivite pentru ca oamenii să descopere cât de mult ne iubesc sau în ce măsură ne găsesc interesanţi sau cât de mult îşi doresc să ne facă fericiţi. Tot ce putem face este să ne asigurăm că putem simţi care este adevăratul nivel al atracţiei.

Creând condiţiile potrivite de la primele etape ale unei relaţii, dăm atracţiei existente şansa de a fi simţită. Dacă am văzut în timp părţile cele mai bune ale unei persoane, atunci inima noastră are şanse să se deschidă. Simţind suficientă dragoste, veţi fi pregătiţi să vedeţi şi părţile negative ale unei persoane şi, cu toate astea, să vă întoarceţi la o atitudine plină de tandreţe. Veţi avea capacitatea de a continua să vă iubiţi partenerul chiar dacă vă puteţi simţi frustraţi sau dezamăgiţi.

Când inimile ne sunt deschise şi ne iubim, respectăm şi apreciem partenerul, suntem capabili să îl suportăm chiar şi când nu este perfect cum se poate să fi crezut în primele etape ale relaţiei. Alchimia spirituală ne dă puterea de a trece peste judecăţile, îndoielile, cererile şi criticile pe care le avem uneori. Chiar dacă inimile ni se închid pentru moment, putem găsi drumul înapoi spre dragoste având ca bază solidă numeroase experienţe pozitive şi pline de tandreţe.

Reîntorcându-vă în mod repetat la dragoste, veţi găsi în final încrederea şi siguranţa de sine necesare pentru a alege, în stadiul al patrulea, partenerul ideal pentru restul vieţii. După căsătorie, veţi fi pregătiţi pentru marile provocări ale unei relaţii. În loc să vă luptaţi pentru putere aşa cum fac multe cupluri, veţi fi pregătiţi să vă bazaţi pe alchimia spirituală pentru a ajunge la un compromis, pentru a vă cere scuze când e cazul şi pentru a vă ierta atunci când nu e totul perfect.

STRATEGIA CELEI DE-A PATRA ETAPE

În această a patra etapă, strategia este de a deveni încet-încet mai intimi, dezvăluind din ce în ce mai mult din sinele vostru. E momentul să vă relaxaţi şi să vă cunoaşteţi mai bine. Nu e necesar să ţineţi garda sus şi să acţionaţi la fel de pozitiv ca în celelalte etape.

Femeile se pot deschide mai mult şi îşi pot împărtăşi sentimentele chiar şi când nu sunt în toane bune. E în regulă să vorbească despre lucrurile care nu le plac în general sau în relaţia lor. Câteodată e chiar mai bine pentru ele să interacţioneze cu partenerii atunci când nu sunt în toane bune. Nu trebuie să aibă mereu o atitudine pozitivă atunci când sunt împreună.

Pentru femeie, acest lucru e o mare uşurare. Acum se poate întoarce spre partener şi îşi poate împărtăşi latura mai vulnerabilă; se poate relaxa şi poate fi ea însăşi. Pe măsură ce poate împărtăşi mai mult despre sine, despre cum gândeşte şi simte, iar bărbatul continuă s-o iubească, să fie interesat de ea, să ţină la ea şi s-o dorească, va fi pregătită să experimenteze şi o mai mare intimitate fizică. Şi, pe măsură ce se deschide pentru a experimenta o mai mare intimitate, are şansa de a se simţi din ce în ce mai împlinită şi de a simţi din ce în ce mai multă plăcere.

În mod similar, şi bărbaţii se simt uşuraţi în această etapă. Ei au aşteptat să ajungă la un grad mai mare de intimitate. Pe măsură ce femeia se deschide şi îşi împărtăşeşte sinele, atât din punct de vedere emoţional, cât şi mental, amândoi se bucură de şansa de a experimenta şi fizic această dragoste. Inima bărbatului are şansa de a se deschide complet pe măsură ce trăieşte o mai mare intimitate fizică.

FEMEILE SUNT CA VALURILE

Pentru bărbaţi, una dintre provocările acestei etape este de a înţelege că o femeie care se simte din ce în ce mai împlinită şi

care simte din ce în ce mai multă plăcere poate să se şi prăbuşească din această stare. Femeile sunt ca valurile, aşa cum am explicat în Capitolul 7 din *Bărbaţii sunt de pe Marte, femeile sunt de pe Venus*. Pe măsură ce o femeie devine mai vulnerabilă într-o relaţie, e normal ca sentimentele ei să crească şi să descrească în intensitate. Ea poate fi fericită şi tandră săptămâni la rând, iar apoi, brusc, după ce valul a ajuns la înălţimea maximă, el să se spargă, iar ea să se prăbuşească odată cu el.

Intimitatea sporită le face mai vulnerabile pe femei şi, ca urmare, sentimentele lor tind să crească şi să descrească în intensitate, la fel ca valurile.

Când valul sentimentelor unei femeie se sparge, are foarte puţine de oferit pe termen scurt. În acest moment, bărbatul trebuie să-şi aducă aminte de abilităţile folosite în cea de-a treia etapă şi să continue să dea ce are mai bun, fără a aştepta să primească imediat ceva în schimb. El trebuie să ţină minte că stă în puterea lui s-o facă fericită. Când un bărbat presupune în mod greşit că n-o poate face fericită, acest lucru îl descurajează foarte mult.

Numeroasele experienţe pozitive din etapa a treia îl pregătesc pe bărbat pentru această perioadă când nu pare să aibă succes. Un bărbat poate minimaliza acest sentiment de descurajare şi frustrare când valul sentimentelor femeii se sparge în mod inevitabil, dacă înţelege că femeile sunt ca valurile şi dacă are multe amintiri pozitive de pe vremea când avea succes. Apoi, în loc să simtă că nu poate face nimic, va şti cu exactitate ce are de făcut şi va avea aşteptări realiste în privinţa rezultatelor.

Când valul sentimentelor unei femei se sparge, partenerul poate ajunge la concluzia greşită că nu poate face nimic pentru a o vedea fericită.

Pe măsură ce intensitatea sentimentelor lor creşte, femeile pot da şi arăta din ce în ce mai multă dragoste. Când valul se sparge, indiferent de cât de minunat este partenerul, acestea vor

pierde temporar (şi în grade diferite) abilitatea de a fi la fel de drăgăstoase. Brusc, nu vor mai fi la fel de receptive, sigure pe ele şi capabile să răspundă în mod pozitiv partenerului.

În astfel de momente, bărbaţii fac greşeala de a încerca să le scoată din această stare. Ei încearcă să vorbească cu ele pentru a le face să nu se mai simtă aşa cum se simt, în loc să fie mai grijulii şi să le încurajeze după metoda care funcţionează pe Venus. În loc să dea soluţii, bărbaţii ar putea reuşi prin înţelegere şi empatie. Când valul se sparge, femeile au nevoie să ştie că nu sunt judecate sau respinse pentru că nu sunt la fel de drăgăstoase.

Când valul se sparge, femeile au cea mai mare nevoie de dragostea partenerului.

Când femeile se simt sprijinite, ele nu se simt instantaneu mai bine. Acest lucru necesită timp. Dacă sunt pe panta descendentă a valului, atunci sprijinul din partea partenerului le va ajuta doar să cadă mai lin. Odată ce au atins punctul cel mai de jos, dacă se simt sprijinite, valul va urca din nou.

CÂND VALUL SE SPARGE

Iată câteva exemple comune de cum se simte o femeie când valul se sparge.

1. Se simte depăşită de situaţie

E posibil ca femeia să înceapă să se plângă brusc de viaţa ei. În loc să se simtă respins, bărbatul trebuie să asculte şi să fie înţelegător. După ce ea a vorbit despre tot ce are de făcut, bărbatul trebuie să-şi înfrângă dorinţa de a-i oferi soluţii, făcându-i, în schimb, un compliment.

Dacă ea spune: „Nu am timp să ies în oraş. Am atâtea de făcut. Pur şi simplu nu pot să le fac pe toate." ...

Nu-i spune:	Spune-i:
„Nu mai face atâtea lucruri. Ar trebui să te relaxezi şi să iei totul mai uşor.”	„Oferi prea multe atât de multor oameni! Vino să te strâng în braţe.”
„Uită de asta şi hai să ieşim undeva. Putem să ne simţim bine în loc să fim supăraţi.”	„Chiar *sunt* o mulţime de lucruri de făcut.” Apoi ascultă cu empatie în timp ce ea înşiră toate aceste lucruri.
„Îţi faci prea multe griji. Totul o să se rezolve. Hai să ieşim undeva să ne distrăm.”	După ce ai ascultat un timp ce are ea de făcut, oferă-te s-o ajuţi sau întreab-o dacă poţi face ceva.

Odată ce simte că e ascultată, bărbatul îşi oferă ajutorul. Trebuie să fie atent să nu se aştepte ca sprijinul lui să facă să-i dispară sentimentul de descurajare. Ea nu va spune: „Mulţumesc mult de tot că te-ai oferit să mă ajuţi; acum mă simt mult mai bine.” Va putea spune asta doar când valul este pe panta ascendentă.

Când valul se sparge, bărbatul trebuie să ştie că acesta este momentul în care capacitatea femeii de a-l aprecia este în punctul ei minim. Când valul se ridică, ea îl va aprecia foarte mult. Oricine poate fi drăgăstos când e într-o stare de spirit bună. Adevăratul test al dragostei este să fii alături de ea când valul se sparge. Când o femeie se prăbuşeşte, iar bărbatul îi este alături, atunci îşi va aminti mereu de acest gest şi îl va aprecia pentru asta. Acestea sunt momentele în care creşte încrederea femeii în dragostea şi sprijinul partenerului.

2. Se simte nesigură

Femeile pot începe să pună brusc o mulţime de întrebări în legătură cu relaţia şi sentimentele partenerului. Pot pune întrebări despre cât de mult sunt iubite sau despre cum le consideră el din punct de vedere fizic. Aceste întrebări nu trebuie luate literar. Nu încercaţi să rezolvaţi problemele făcând apel la raţiune. Femeile vor doar să se asigure de unele lucruri.

Dacă ea spune: „Crezi că sunt grasă?"

Nu-i spune:	Spune-i:
„Nu ai corpul unui fotomodel, dar femeile alea se înfometează."	„Eu cred că eşti frumoasă şi te iubesc exact aşa cum eşti." Apoi îmbrăţişeaz-o.
„Nu trebuie să fii aşa dură cu tine. Eu nu sunt."	„Arăţi bine aşa cum eşti acum. Te ador." Apoi îmbrăţişeaz-o.
„Dacă chiar vrei să slăbeşti, atunci ar trebui să vezi un specialist."	„Pe mine mă exciţi. Eşti o «bucată»." Apoi îmbrăţişeaz-o şi sărut-o.
„Dacă ai veni cu mine la sală, te-ai simţi mai bine în pielea ta."	„Mie mi se pare că arăţi minunat. Îmi place corpul tău." Apoi îmbrăţişeaz-o şi sărut-o.

Dacă ea spune: „Crezi că ne potrivim unul cu celălalt? Mă mai iubeşti?"

Nu-i spune:	Spune-i:
„Cred că mai avem unele lucruri de rezolvat."	„Da. Te iubesc la nebunie. Eşti cea mai specială femeie din viaţa mea."
„O să se vadă în timp. De asta ieşim împreună."	„Da. Eşti cea mai minunată femeie pe care am cunoscut-o vreodată."
„De ce crezi că ies cu tine de un an încoace?"	„Da. Te iubesc mai mult pe zi ce trece."
„De câte ori trebuie să mă mai întrebi asta? Cred că am mai avut discuţia asta."	„Da. Dragostea mea creşte pe măsură ce te cunosc mai bine."

Dacă ea spune: „Cum poţi să mă iubeşti? Viaţa mea e atât de dezorganizată. Simt că totul se prăbuşeşte."

Nu-i spune:	Spune-i:
„Câteodată e greu. Tare mi-aş dori să nu mai faci atâta caz de toate lucrurile."	„Te iubesc şi sunt aici să am grijă să nu se prăbuşească nimic. Faci atât de multe lucruri. Vino să te strâng în braţe. Te iubesc, fii sigură de asta."
„Nu se prăbuşeşte nimic. Trebuie doar să nu mai fi atât de emotivă."	„Poţi oricând să te prăbuşeşti în braţele mele. Te iubesc. Poţi să-mi ceri ajutorul de fiecare dată când ai nevoie."
„Încerci să faci prea multe. Dacă te-ai relaxa puţin, lucrurile n-ar mai părea atât de sumbre."	„Te iubesc pentru că faci atât de multe pentru ceilalţi. Le oferi tuturor atât de mult. Cum pot să te ajut?"
„Dacă nu te-ai supăra atât de mult pentru orice, mi-ar fi mult mai uşor să te iubesc."	„Te iubesc – eşti o persoană specială pentru mine. Nu-mi pasă dacă te prăbuşeşti. Sunt aici să te ajut."
„Dacă ţi-ai ordona mai bine priorităţile, atunci nu s-ar prăbuşi nimic. Dacă ai..."	„Îmi place că ai nevoie de mine. Îmi face plăcere să te ajut. Am puţin timp la dispoziţie, lasă-mă să te ajut cu asta..."

3. Are resentimente

Destul de des, atunci când valul se ridică, o femeie este bucuroasă să ofere mai mult, fără să-şi dea seama că şi ea aşteaptă mai mult în schimb. Când valul se ridică, nu aşteaptă mai mult, dar dacă simte că a dat mai mult decât a primit, va avea resentimente când valul se va prăbuşi. Poate avea resentimente din cauze foarte diverse: partenerul, viaţa pe care o duce, serviciul (al ei sau al lui),

vremea de afară, chelnerul de la restaurant, părinţii, traficul şi aşa mai departe. Bărbatul trebuie să fie atent să n-o judece şi să n-o condamne fiindcă e prea negativistă sau fiindcă nu e rezonabilă, şi nici n-ar trebui să încerce s-o scoată din starea ei vorbindu-i.

Dacă ea spune: „Îl urăsc pe şeful meu. Nu-mi vine să cred cât de multe se aşteaptă să fac. Mi-a lăsat o notă de serviciu în care...”

Nu-i spune:	**Spune-i:**
„Nu cred că şeful tău vrea să te asuprească. Te place.”	„Nu e corect din partea lui. Cum a putut spune asta?”
„Probabil că nu ştie câte lucruri faci deja. Se aşteaptă să lucrezi la capacitate maximă”	„Nu-şi dă seama de cât de multe lucruri faci. Faci atâtea. Ce vrea?” Apoi ascult-o şi las-o să vorbească.
„Trebuie să-i spui că nu poţi face mai mult. Spune-i pur şi simplu nu.”	„E îngrozitor – nu vede cât de multe faci?” Apoi ascult-o şi lasă-o să vorbească.
„Ar trebui să-i spui cât de ocupată eşti. Nu ţi-ar mai da atât de multe lucruri de făcut.”	„Mmm, se aşteaptă să faci prea multe. Meriţi puţin timp liber. Când te odihneşti?” Apoi ascult-o şi las-o să vorbească.

Dacă ea spune: „Chelnerul acesta e un nemernic. Aşteptăm nota de un sfert de oră.”...

Nu-i spune:	**Spune-i:**
„Sunt ocupaţi azi. Sunt sigur că încearcă să vină mai repede.”	„Nu-mi vine să cred. Cei de la masa de acolo au primit nota şi acum pleacă. Mă duc să văd unde e.”

Nu-i spune:	Spune-i:
„Nu e vina lui; au prea puţini oameni."	„Mda, ne ignoră. Nu-mi vine să cred că au atât de puţini chelneri."
„Nu te supăra din asta, nu ne grăbim. Încă mai putem prinde filmul."	„Dacă nu vine mai repede, întârziem la film. O să-ncerc să-l fac atent."

Când o femeie are resentimente, ultimul lucru pe care şi-l doreşte este ca partenerul să minimalizeze problema care o supără. În primul rând vrea să vorbească despre această problemă, să-şi exprime frustrările şi să simtă că partenerul îi e alături. În asta constă intimitatea. Are nevoie să simtă că el e aliatul ei.

Pentru a se simţi iubită, o femeie trebuie să se deschidă, să-şi dezvăluie sinele şi să simtă că e iubită în continuare. A învăţa să facă faţă tendinţei sentimentelor femeii de a creşte şi scădea în intensitate, precum valurile, e una dintre cele mai dificile provocări pentru bărbaţi.

CEA MAI MARE PROVOCARE A FEMEILOR

Şi femeile au de înfruntat o provocare în ceea ce îi priveşte pe partenerii lor. Aşa cum sentimentele femeilor cresc şi scad în intensitate, ca rezultat al intimităţii, bărbaţii se mişcă înainte şi înapoi. Când un bărbat trăieşte într-o intimitate crescândă, începe să-şi tot schimbe atitudinea între a se apropia mai mult sau a se îndepărta.

Pentru a intra în viaţa unei femei fără a-şi pierde individualitatea şi autonomia, bărbaţii îşi schimbă alternativ atitudinea între dorinţa de a se apropia şi aceea de a fugi pentru a fi pe cont propriu. Când un bărbat ajunge la un grad mai mare de intimitate cu o femeie, uneori va simţi cu atât mai mult nevoia de a se îndepărta.

Atâta timp cât încă nu au devenit intimi, cum e cazul în stadiul al treilea, bărbatul continuă să simtă dorinţa de a se apropia, îşi face planuri pentru a o face fericită şi e interesat s-o

cunoască şi să-i arate dragostea pe care i-o poartă. În acest punct nu simte atât de mult nevoia de a se îndepărta.

Odată ce se trece în etapa a patra şi cei doi trăiesc într-o intimitate sporită, bărbatul simte nevoia de a se îndepărta. Gradul în care a renunţat la anumite aspecte pentru a se apropria mai mult va determina gradul în care va simţi nevoia de a fi autonom. Indiferent de cât de minunată este o femeie, pe măsură ce cei doi se apropie unul de celălalt, bărbatul se va îndepărta în mod periodic de partenera sa înainte de a se apropia mai mult.

Când bărbatul trăieşte într-o situaţie de intimitate sporită, simte nevoia de a se îndepărta în mod periodic de parteneră înainte de a se putea apropia mai mult.

Cu cât bărbatul simte că intimitatea dintre el şi partenera lui e mai mare, cu atât mai mult va simţi, într-un final, nevoia de a se îndepărta. Atunci se poate întoarce spre ea cu şi mai multă dragoste. De fiecare dată când se îndepărtează, dragostea lui are şansa de a creşte în intensitate atunci când se apropie din nou de parteneră.

IMPULSUL DE A VENI ŞI DE A PLECA

Impulsul de a veni şi de a pleca e specific tuturor bărbaţilor. E asociat cu nivelul ridicat de testosteron pe care îl au bărbaţii şi care lipseşte la femei. Din moment ce o femeie nu simte acest impuls, îi e greu să-şi sprijine în mod instinctiv partenerul de-a lungul acestui proces. În consecinţă, ele pot să saboteze, fără măcar să ştie, şansa ca dragostea şi atracţia unui bărbat să crească.

Când un bărbat se îndepărtează, e foarte important ca partenera lui să nu îl urmeze şi să încerce să îl aducă înapoi. Ea trebuie să fie atentă să nu-l respingă atunci când se întoarce la ea. Bărbatul trebuie să simtă că i se acceptă tendinţa de a se îndepărta.

Femeile presupun în mod greşit că un grad mai mare de intimitate e întotdeauna benefic. Când un bărbat se îndepărtează, o femeie simte că ceva nu e în ordine şi vrea să simtă un mai mare nivel de intimitate. O femeie deşteaptă învaţă să-i lase spa-

ţiu bărbatului şi să aibă încredere că el va simţi din nou nevoia de a fi cu ea. Ea înţelege că „absenţa face să crească dorinţa". Chiar îl încurajează să petreacă mai mult timp cu prietenii, departe de ea. Acordându-i spaţiu, ea îl lasă să simtă că vrea s-o curteze şi să-i câştige iar şi iar inima.

BĂRBAŢII SUNT CA BENZILE DE ELASTIC

Când o femeie acceptă nevoia bărbatului de a se îndepărta, creează condiţiile prielnice pentru ca el să-şi dea seama că îşi doreşte să fie aproape de ea. Aşa cum am explicat atunci când vorbeam de etapa a doua a relaţiei, bărbaţii sunt ca benzile de elastic. Se pot îndepărta numai cât le permite structura ţesăturii pentru a reveni. Acceptând tendinţa de a se îndepărta a bărbatului, femeia se asigură că inima lui va găsi dragostea care să-l facă să se întoarcă.

De fiecare dată când se întoarce la ea, o va iubi şi mai mult. Nevoia lui de a se îndepărta scade în timp. Mereu va exista într-un anumit grad, însă nu va mai fi atât de intensă. Tendinţa bărbaţilor de a se îndepărta atinge gradul maxim atunci când trăiesc intimitatea înainte de a fi pregătiţi. Dacă un bărbat se apropie de o femeie înainte de a fi simţit alchimia dragostei la toate cele patru niveluri – fizic, emoţional, mental şi spiritual –, e posibil să nu se mai întoarcă după ce s-a îndepărtat. Dacă nu a simţit destulă dragoste, atunci banda de elastic se rupe. Haideţi să vedem un exemplu.

Dragoste la prima vedere

Când Derrick, bărbat de 32 de ani, a întâlnit-o pentru prima dată pe Rochelle, care avea 30 de ani, s-a îndrăgostit. A fost dragoste la prima vedere. După câteva întâlniri, cei doi se simţeau şi se purtau ca suflete pereche. Derrick o suna de câteva ori pe zi. Îşi petreceau sfârşiturile de săptămână împreună, împărţind totul. Derrick nu mai fusese niciodată atât de înflăcărat. O dăduse pe spate pe Rochelle. Relaţia lor era una romantică; nu se mai săturau unul de celălalt.

Apoi, după trei săptămâni, Derrick a încetat să mai sune. Rochelle nu înțelegea de ce. Își făcea griji că ar fi putut păți ceva. L-a sunat la serviciu, dar nu se întâmplase nimic. Derrick vorbea prietenos, deși în mod clar diferit. Nici măcar nu a stabilit o întâlnire cu ea. Rochelle s-a simțit ofensată. Nu-i venea să creadă că poate trece atât de repede de la cald la rece. S-a purtat drăguț, dar era devastată. O rănise faptul că el îi vorbea ca și cum ar fi fost o simplă prietenă.

A așteptat două zile, dar el tot n-a sunat. Nu-i venea să creadă. Nu mai vroia să-l vadă. L-a sunat apoi să-i spună cum se simte. După o convorbire telefonică foarte neplăcută, au pus punct relației. Ea era rănită și avea resentimente, iar el se simțea rău pentru că o rănise.

El nu încercase s-o înșele. Se gândise că ea era aleasa. Tot ce știa era că într-o dimineață se trezise lângă ea și simțise că nu e ea aleasa. Atunci a simțit o nevoie aproape incontrolabilă de a fugi. În timp ce luau micul dejun împreună, el a început s-o compare cu imaginea femeii ideale. Pur și simplu nu se potrivea cu ceea ce își dorea el. La fel de brusc cum se îndrăgostise, simțea acum că nu mai e îndrăgostit de ea.

Nu știa ce să facă, așa că n-a făcut nimic. Când ea l-a sunat din nou și a văzut cât de adânc o rănise, a fost de acord să pună punct relației. Îi părea rău, dar nu putea face mai mult. Nu putea să-și schimbe sentimentele și era decis să n-o facă să sufere.

De la cald la rece

Șase luni mai târziu, după ce a participat la un seminar Marte/Venus, Derrick află că bărbații sunt ca benzile de elastic. Își dădu brusc seama de ce sentimentele lui pentru Rochelle trecuseră de la cald la rece. Se apropiase foarte mult de ea și deveniseră intimi. Apoi, în timp ce el se îndepărta, ea l-a sunat. Nu putea s-o asigure în privința sentimentelor lui pentru ea, căci nu avea astfel de sentimente. I se părea că nu e persoana potrivită pentru el. Se întreba ce s-ar fi întâmplat dacă ar mai fi așteptat să se cunoască în loc să se grăbească să ajungă la etapa a patra a relației. Deși nu simțea nevoia urgentă de a fi cu ea, la fel ca

înainte, îi simţea totuşi lipsa. Se decise s-o sune şi să-i explice ce credea el că se întâmplase. Au luat cina în oraş şi au discutat despre lucrurile noi pe care el le aflase la seminar.

Din vorbă-n vorbă, au ajuns să iasă din nou împreună. De data asta, deşi era greu să se abţină de la a face dragoste, au luat-o mai încet. Au decis să mai dea o şansă relaţiei şi au aşteptat înainte de a trece de la o etapă la alta.

Când, în final, au ajuns la cea de-a patra etapă, Derrick a început din nou să simtă nevoia de a se îndepărta. La fel ca benzile de elastic, s-a întors înapoi. De data aceasta, nevoia de a se îndepărta nu mai era la fel de intensă pentru că aşteptase destul timp ca relaţia lor să crească. Când se îndepărta, nu dura decât câteva zile şi începea să-i fie foarte dor de ea. Relaţia dintre Derrick şi Rochelle se întărise destul de mult pentru ca banda de elastic să nu se rupă atunci când el se îndepărta. După aproximativ un an, s-au căsătorit şi de atunci trăiesc fericiţi împreună.

CELE PATRU CĂI SPRE INTIMITATE

Există patru căi ce pot fi urmate pentru a vă apropia şi a simţi adevărata intimitate. Aşa cum am discutat mai devreme, ele sunt fizice, emoţionale, mentale şi spirituale. Până nu ne pregătim fiecare dintre aceste aspecte ale sinelui, nu suntem pregătiţi să trăim adevărata intimitate în relaţia pe care o avem. Dacă ne grăbim să ajungem foarte intimi înainte de a fi pregătiţi, rezultatele vor fi ineficiente.

Primele trei etape ale întâlnirilor ne pregătesc pentru a trăi în intimitate. Vom fi capabili să ne apropiem unul de celălalt dacă aşteptăm să trăim atracţia fizică, emoţională, mentală şi spirituală. Dacă ne apropiem din punct de vedere fizic şi emoţional înainte de a ne simţi apropiaţi pe plan mental şi spiritual, e posibil să ne simţim incompleţi.

Ne vom trezi a doua zi şi ne vom întreba cine e persoana de care tocmai ne-am apropiat. În loc să vrem să ne apropiem mai mult, vom dori să fugim. Sau se poate întâmpla invers. Putem avea următorul sentiment: „A fost bine, dar ceva lipsea; am nevoie de mai mult."

De obicei, când cuplurile se apropie prea devreme, bărbatul ajunge să se îndepărteze, în timp ce femeia simte că are mai multă nevoie de el. Un anume grad de îndepărtare şi un anume grad de nevoie de celălalt sunt normale, dar când nu suntem pregătiţi la toate nivelurile, aceste două reacţii sunt chiar mai puternice.

Bărbatul se poate îndepărta aşa de tare încât să nu se mai întoarcă. Partenera va simţi o atât de mare nevoie de a-l avea aproape încât va începe să alerge după el în timp ce acesta se îndepărtează, astfel încât îl îndepărtează şi mai mult. Cei doi vor ajunge la adevărata intimitate dacă mai întâi se apropie pe toate cele patru planuri.

Când cuplurile devin intime prea repede, tendinţa bărbatului de a fi ca o bandă de elastic şi tendinţa sentimentelor femeii de a fi ca valurile se intensifică. Dacă cei doi au răbdare, valurile sentimentelor ei nu vor fi foarte puternice, iar banda lui de elastic nu va fi foarte lungă. Relaţia va avea suişurile şi coborâşurile ei, dar aceste momente vor putea fi mai uşor de administrat.

DE CE RĂBDAREA ESTE ATÂT DE IMPORTANTĂ

Parcurgând pe îndelete primele trei etape, bărbaţii şi femeile sunt pregătiţi să meargă pe toate cele patru căi spre intimitate. Mulţi bărbaţi sunt surprinşi să simtă cum intimitatea mentală şi spirituală le poate da acelaşi sentiment de împlinire ca intimitatea fizică. Când bărbatul simte gustul împlinirii de a fi ajuns la o intimitate fizică deplină cu partenera cu care e intim şi din punct de vedere emoţional, mental şi spiritual, el nu mai poate da înapoi.

A face doar sex, când ar putea face dragoste, e ca şi cum ar mânca la un restaurant fast-food când ar putea să fie la un festin de Ziua Recunoştinţei. De ce să se mulţumească cu mai puţin? Poate cere mai mult timp şi mai multă energie, dar e un sentiment adevărat şi de durată. Având răbdare să treacă prin cele cinci etape, bărbaţii se asigură că, atunci când dau totul, vor primi în schimb tot ce are partenera lor mai bun de oferit.

SCHIMBAREA ROLURILOR

Pe măsură ce bărbatul reuşeşte să-i fie alături partenerei lui, femeia va simţi siguranţa de a se lăsa în voia vulnerabilităţii ei. Acest proces prin care bărbatul îi stă alături femeii nu o ajută doar pe ea, ci îl ajută şi pe el să-şi deschidă inima. Învăţând să respecte şi să înţeleagă sentimentele partenerei, bărbatul devine mai conştient de sentimentele ei. El va vrea, în mod natural, să-i împărtăşească mai multe lucruri. Odată ce femeia a primit ceea ce are nevoie pentru a-şi deschide inima şi a-şi împărtăşi sentimentele şi gândurile, bărbatul poate schimba temporar rolurile, pentru a-i permite partenerei să-l susţină un timp.

În cea de-a patra etapă, schimbarea din când în când a rolurilor e un lucru normal. Dacă bărbatul a fost mereu cel care a plănuit întâlnirile, femeia poate o face şi ea din când în când. Dacă el a fost mereu un bun ascultător, îl poate asculta şi ea pe el acum. Dacă el a fost mereu cel care a făcut primul pas spre tandreţe, ea poate prelua iniţiativa din când în când. Această schimbare de roluri este un pas important, dar trebuie făcut cu precauţie. Pentru un bărbat, e uşor să stea cu mâinile în sân şi să primească, dar femeia poate da prea mult. Rolurile ar trebui să se schimbe numai ocazional, ambii parteneri trebuind să fie conştienţi de faptul că e ceva ocazional.

CÂND BĂRBAŢII IUBESC ŞI VORBESC MULT

Unii bărbaţi sunt deja conştienţi de sentimentele lor. Sunt deschişi şi gata să vorbească. Aceşti bărbaţi îşi pot sabota relaţia fără ca măcar s-o ştie. Femeile trebuie mai întâi să simtă că partenerul lor e acolo pentru ele; apoi, ele pot fi alături de partenerul lor fără să simtă că pierd ceva din ele. Când un bărbat are nevoie de o femeie mai mult decât are ea nevoie de el, femeia poate fi îndepărtată. Asigurându-se că nu vorbeşte mai mult decât partenera, bărbatul creează echilibrul perfect într-o relaţie.

Un bărbat trebuie să fie atent să nu vorbească mai mult decât partenera lui.

Când o femeie simte că bărbatul are nevoie de sprijin, acest lucru o poate împiedica să-şi dea seama de ce nevoi are ea. Iată o mare diferenţă între bărbaţi şi femei. Când un bărbat îşi sprijină partenera, el devine mai conştient de propriile lui sentimente şi nevoi. Când o femeie îşi sprijină partenerul, e posibil să piardă noţiunea propriilor sentimente şi idei.

GĂSIREA ECHILIBRULUI

Când rolurile se schimbă prea mult în cadrul cuplului, sentimentele bărbatului pot deveni ca valurile, iar femeia se poate comporta ca o bandă de elastic. Problema e că, atunci când femeia se comportă ca banda de elastic, e posibil să nu se mai întoarcă înapoi în mod automat, precum bărbaţii. Când sentimentele bărbatului sunt ca valurile ce se sparg, femeile devin prea protectoare şi tind să uite de propriile lor nevoi. Iar bărbaţii riscă să devină prea sensibili. Pentru a evita acest lucru, cuplurile trebuie să-şi găsească echilibrul. Prea multe schimbări de roluri pot omorî romantismul. Schimbările de roluri sunt minunate dacă sunt făcute cu măsură.

Bărbaţii se pot adresa partenerei lor pentru a-şi împărtăşi gândurile intime şi personale, sentimentele, nevoile, visele şi dorinţele, dar ei trebuie să fie atenţi să facă acest lucru numai după ce nevoile partenerei sunt satisfăcute. De asemenea, trebuie să fie atenţi să nu fie prea sensibili. Dacă tind să se supere mai mult decât partenera lor, aceasta poate fi împiedicată să-şi conştientizeze sentimentele. Iar acest lucru îi poate împiedica pe cei doi să ajungă la intimitatea profundă care poate fi simţită numai când femeia îşi deschide inima, iar bărbatul păşeşte înăuntru pentru a fi alături de ea.

Bărbaţii trebuie să fie atenţi să nu depindă de timpul, energia şi sprijinul partenerei. E extrem de uşor pentru ea să fie înţelegă-

toare, dar mai târziu va resimţi faptul că nu primeşte sprijinul pe care îl merită. Poate simţi nevoia de a se îndepărta, dar nu se va întoarce bucuroasă înapoi. În schimb, se va simţi trasă înapoi de obligaţie. Acest lucru poate împiedica un cuplu să ajungă la cea de-a cincea etapă – logodna.

SPRE CEA DE-A CINCEA ETAPĂ

Cunoscându-ne unul pe celălalt într-un mod mai intim, la momentul potrivit ne vom putea da cu uşurinţă seama dacă celălalt este sufletul nostru pereche. Foarte mulţi oameni întreabă: „Cum îţi dai seama că el e?” Răspunsul este: „Treci prin primele patru etape şi vei şti. La un moment dat vei şti dacă acea persoană e făcută pentru tine. În acel moment vei fi pregătit să treci la etapa a cincea a relaţiei.”

7

A CINCEA ETAPĂ: LOGODNA

După ce ne pregătim de-a lungul etapelor precedente, ajungem să dobândim abilitatea de a şti dacă vrem să ne căsătorim cu partenerul cu care ne întâlnim. Ne dăm seama că partenerul este sufletul nostru pereche. Nu numai că suntem îndrăgostiţi, dar ne iubim atât de mult partenerul încât vrem să ne petrecem restul vieţii alături de acesta.

Înţelegerea acestui lucru e o înţelegere instantanee. Deşi suntem siguri că partenerul este cel potrivit pentru noi, această înţelegere, această idee poate fi pusă mai târziu la îndoială sau chiar uitată. Pentru a ne asigura că ea va dura în timp, trebuie s-o conştientizăm şi să ne ţinem de ea. E important să batem fierul cât e cald; altfel, când se răceşte, ne putem rata şansa.

Când, în sfârşit, suntem capabili să ne recunoaştem sufletul pereche, această idee este, la început, una instantanee.

Când ne angajăm să ne căsătorim, ne întărim şi mai mult această convingere. Acţionând în baza acestui sentiment şi logodindu-ne, facem ca această convingere delicată să devină şi mai consistentă, mai reală şi mai bine fondată. Ea trebuie hrănită şi protejată cu grijă, ca un mugur suav ce apare primăvara. Dacă ne dăm silinţa, dragostea noastră are şansa de a deveni şi mai puternică.

IMPORTANŢA CERERII ÎN CĂSĂTORIE

Majoritatea oamenilor nu-şi dau seama cât este de importantă pentru o femeie cererea în căsătorie. Pe Venus, pe locul doi după nuntă, cererea în căsătorie este amintirea cea mai dragă unei femei. Unii bărbaţi se revoltă în faţa acestei idei pentru că nu-şi

dau seama cât de importantă este de fapt. Pe lângă faptul că este unul dintre cele mai mari daruri pe care le poate face un bărbat, cererea în căsătorie pavează drumul către un mariaj reuşit.

Pe Venus, pe locul doi după nuntă, cererea în căsătorie este amintirea cea mai dragă unei femei.

În momentele grele din viitor, pentru un cuplu e de mare ajutor faptul că se pot uita în urmă la acel moment special şi îşi pot aminti cum se simţeau când inimile le erau neîntinate, nu aveau resentimente şi îşi mărturiseau cu sinceritate dragostea.

Pentru bărbaţi, darul de a crea momente memorabile este unul minunat. Se va întâmpla numai o dată, deci e o idee bună să te străduieşti mai mult decât de obicei. Femeia va povesti tot restul vieţii cum a fost cerută în căsătorie. Bărbatul ar trebui să ceară idei prietenilor căsătoriţi.

PROVOCAREA CELEI DE-A CINCEA ETAPE

Cea mai mare provocare în cea de-a cincea etapă este să nu te grăbeşti să preiei responsabilităţile căsătoriei. Multe mariaje eşuează nu pentru că partenerii nu se potrivesc, ci pentru că nu s-au pregătit în mod adecvat. Când apar inevitabilul stres şi problemele legate de mutatul împreună şi împărţirea vieţii şi a casei, cei doi încep să pună la îndoială faptul că sunt făcuţi unul pentru celălalt. Pierd din vedere acele sentimente foarte speciale care sunt dragostea şi angajamentul pe care le-au simţit în cea de-a cincea etapă.

De-a lungul logodnei, cuplul are şansa de a-şi crea amintiri ce vor dura în timp, legate de sentimentul special de iubire dintre ei. E momentul să puneţi în practică cele mai elementare tehnici ale dragostei, înainte de a le supune testului căsătoriei. Logodna e un fel de încălzire înainte de exerciţii mai serioase. E momentul în care vă întindeţi muşchii, astfel încât să fie pregătiţi pentru atunci când îi veţi pune la lucru şi îi veţi supune unor teste. Logodna vă pregăteşte succesul în cadrul căsătoriei.

Logodna e un fel de încălzire înaintea unor exerciţii mai serioase.

Când cuplurile aşteaptă cel puţin cinci până la opt luni înainte de a se lăsa cuprinşi de siguranţă în ceea ce priveşte iubirea lor, vor fi pregătiţi atunci când se vor supune marelui test. Pe măsură ce stresul căsătoriei creşte, vor fi capabili să regăsească dragostea în inimile lor pentru că au trăit multe momente pline de iubire pură şi neîntinată. Logodna este un fundament puternic şi necesar pentru a putea trece peste provocările aduse de mutatul împreună şi de problemele complexe aduse de viaţa împreună.

Logodna este un fundament puternic şi necesar pentru a putea trece peste provocările aduse de mutatul împreună şi de problemele complexe aduse de viaţa împreună.

RĂSPLATA LOGODNEI

Răsplata adusă de logodnă este la fel de importantă pentru ambii parteneri, dar în mod diferit. Femeile vor avea mai multe reuşite în căsătorie dacă îşi vor aduce aminte de sentimentele pure şi de tandreţea trăite în timpul logodnei. De-a lungul întregii ei vieţi, va putea să se întoarcă în timp şi să reia legătura cu partea din ea care are încredere, îl acceptă şi îl apreciază pe partener.

Angajamentul special pe care îl face partenerul o ajută să-şi găsească partea plină de încredere în sine, partea receptivă, partea sensibilă la sentimentele celuilalt. Mai târziu, când viaţa devine ternă şi monotonă, ea se va putea întoarce în timp şi va putea găsi acea parte din ea care poate construi romantismul, parte inspirată de oferirea şi primirea dragostei.

În timpul logodnei, şi bărbatul înregistrează o serie de experienţe şi imagini care îl vor marca pentru tot restul vieţii. Când se bucură de partenera lui fără a fi supus stresului căsătoriei, dar având convingerea clară că vrea să-şi petreacă restul vieţii alături de ea, bărbatul poate atinge punctul maxim al încrederii în sine, al hotărârii şi al responsabilităţii.

Fără presiunea căsătoriei, bărbații au multe ocazii de a-și da seama de puterea lor de a oferi. Încrederea în sine le dă puterea și dorința de angajare necesare pentru a rezolva problemele și conflictele ce vor apărea în viitor.

Fără presiunea căsătoriei, bărbații au multe ocazii de a-și da seama de puterea lor de a oferi.

Logodna îi oferă bărbatului posibilitatea de a relua pe viitor legătura cu cea mai importantă parte a sinelui. În momente de stres, el se va putea întoarce în timp și-și va putea aminti de promisiunea pe care a făcut-o atunci când inima îi era deschisă. Va putea relua legătura cu acea parte din el care ține la partenera lui, care o respectă și care o păstrează cu duioșie în suflet.

CELE MAI IMPORTANTE DOUĂ ABILITĂȚI

Logodna este perioada în care cuplurile își celebrează dragostea, pregătindu-se să se căsătorească. De-a lungul acestei perioade, partenerii au cea mai mare capacitate de a învăța și practica cele mai importante două abilități necesare pentru ca mariajul să funcționeze: iertarea și cererea iertării. Practica acestor două abilități înainte ca cele mai dificile provocări să apară îi pregătește pe cei doi pentru căsătorie. Aceste două abilități sunt ca cele două aripi ale unei păsări. Fără cele două aripi, pasărea dragostei și a păcii nu poate zbura.

Iertarea și cererea iertării sunt două lucruri interdependente. Când unul dintre parteneri își cere iertare, celuilalt îi e mai ușor să ierte. Când unul dintre parteneri este foarte înțelegător, celuilalt îi este mai ușor să fie mai responsabil și să-i ceară iertare. Unui bărbat îi e greu să-și ceară scuze pentru greșeli dacă nu simte că va fi iertat. E la fel de greu pentru o femeie să ierte greșelile unui bărbat dacă el nu-și cere iertare. Nu poți ierta la nesfârșit dacă celălalt nu-și cere scuze.

Când bărbații își cer scuze

Pentru a-și dezvolta aceste abilități într-un mod mai eficient, bărbații ar trebui să se concentreze mai întâi pe responsabilitatea de a-și cere scuze pentru greșelile lor, iar femeile ar trebui să se concentreze mai întâi pe responsabilitatea de a-i ierta pe aceștia. Deși atât femeile cât și bărbații trebuie să-și poată cere iertare și să poată ierta, menținând această abordare, succesul le e ca și asigurat.

Când un bărbat își poate cere scuze pentru o greșeală și poate fi iertat, devine în mod automat mai iertător cu partenera lui. Anticipându-i dragostea și puterea de acceptare, el își poate da mai ușor seama de greșeli și poate învăța din ele. Când nu trebuie să se gândească dacă va fi sau nu iubit, bărbatul e liber să se gândească la ce s-a întâmplat și la cum s-ar putea purta altfel data viitoare.

Capacitatea unui bărbat de a se autocorecta gândindu-se la ceilalți depinde în mod direct de cât de acceptat se simte. Când un bărbat se simte pedepsit de partenera lui, îi e greu să fie mai atent și mai sensibil la nevoile ei. Când își poate cere scuze, nu numai că partenera lui e mai fericită, dar și el primește ceea ce are nevoie – încrederea, acceptarea și aprecierea ei.

Când femeile iartă

Când o femeie îl poate ierta pe bărbatul care și-a cerut scuze, ea își dezvoltă capacitatea de a fi mai înțelegătoare și mai încrezătoare. Fără scuzele lui, capacitatea ei de a avea încredere și de a-l accepta pe bărbat așa cum e nu se poate dezvolta. Dacă el nu vrea să se gândească la greșelile lui, partenera va insista pe aceste greșeli până când el o va face. Femeia își ia responsabilitatea de a-l corecta în loc să se concentreze asupra ei înseși și să-și îmbunătățească atitudinea.

> Dacă el nu vrea să se gândească la greșelile lui, partenera va insista pe aceste greșeli până când el o va face.

O relație progresează când bărbatul se concentrează pe corectarea comportamentului său, astfel încât să fie mai atent, și când femeia se concentrează pe corectarea atitudinii ei față de comportamentului său. Iertând, femeia își descoperă puterea de a

scoate ce e mai bun în ea şi în partenerul ei. Găsindu-şi latura iertătoare, femeia îşi va descoperi latura cea mai iubitoare.

CEL MAI BUN MOMENT PENTRU A EXERSA IERTAREA

Logodna este momentul perfect pentru a exersa capacitatea de a cere şi a găsi iertarea. În mod clar, ar fi mai uşor ca femeia să fie cea înţelegătoare şi cea care-şi cere iertare, iar bărbatul să fie comod şi iertător, dar atunci cei doi n-ar fi pregătiţi pentru căsătorie. Mult prea des, femeile căsătorite se plâng de faptul că soţii lor nu-şi cer niciodată scuze, în timp ce bărbaţii căsătoriţi se plâng de faptul că soţiile lor sunt neiertătoare şi răzbunătoare şi nu le uită niciodată greşelile.

Pentru a corecta această tendinţă, trebuie s-o omorâm din faşă. În etapa a cincea, bărbaţii nu au probleme în a-şi cere scuze. Acest lucru se întâmplă mai ales pentru că nu au fost învinuiţi şi respinşi ani la rând pentru greşelile lor. În această etapă, bărbaţii încă mai anticipează iertarea. De aceea, acesta este cel mai bun moment pentru a exersa iertarea.

Când un bărbat se concentrează pe greşelile lui
şi nu pe ale celorlalţi, îşi descoperă o imensă putere
de a-şi face partenera fericită.

În cea de-a cincea etapă, femeile nu au o problemă în a-şi exersa capacitatea de iertare. Până la urmă, spre deosebire de femeile căsătorite, cele logodite nu şi-au văzut partenerii repetând aceleaşi greşeli ani la rând. În acest stadiu, ele anticipează faptul că partenerul va continua să fie atent la nevoile lor. În consecinţă, ele sunt foarte deschise să ierte.

Când o femeie alege în mod conştient să se concentreze să dezvolte o atitudine pozitivă şi receptivă iertând, ea va descoperi cât de mult vrea de fapt partenerul s-o mulţumească şi s-o sprijine. Ea începe să creadă că el chiar îşi dă silinţa şi că va putea să-i ofere din ce în ce mai mult din ceea ce ea îşi doreşte.

Ea simte şi învaţă că dragostea, iar nu pedepsele, scoate la iveală ce are mai bun în el.

CĂSĂTORIA ESTE CA O LUPĂ

Logodna este cel mai bun moment de a exersa, căci încă nu ne-am căsătorit. E încă un antrenament. E încă o perioadă de încălzire pentru ce va urma. Căsătoria e ca o lupă. Totul devine mai mare. Dragostea, dar şi problemele şi presiunile cresc. Exersând înainte de căsătorie, ambii parteneri devin mai receptivi.

În această etapă, bărbatul se simte acceptat în totalitate după ce femeia i-a acceptat cererea în căsătorie. Aceasta este perioada în care el se simte cel mai responsabil şi mai încrezător în forţele proprii şi, deci, mai doritor să-şi ceară iertare pentru greşeli. Cu cât îşi cere scuze şi e iertat mai des, cu atât se va simţi mai liber să-şi recunoască greşelile şi să-şi corecteze pe viitor comportamentul.

Cu cât îşi cere scuze şi e iertat mai des,
cu atât el devine mai atent.

Acum şi femeile sunt mai receptive la greşelile bărbatului. Arătând în mod explicit că îşi iartă partenerul atunci când acesta i-o cere, femeia îi transmite mesajul că el trebuie să-şi dea silinţa. Capacitatea de a ierta e cea mai importantă însuşire a unei femei. Având această putere de iertare, ea se poate elibera de resentimentele mărunte care se pot aduna şi o pot împiedica să fie tandră şi sensibilă. În mod asemănător, capacitatea de a-şi cere scuze e cea mai importantă însuşire pe care o poate avea un bărbat.

DE CE BĂRBAŢII NU-ŞI CER SCUZE

Unul dintre motivele pentru care bărbaţii nu-şi cer mai des scuze în cadrul relaţiei lor cu femeile este pentru că acestea nu funcţionează, sau cel puţin aşa cred bărbaţii. Pe Marte, când un bărbat spune că îi pare rău, el admite că a greşit. Ceilalţi bărbaţi acceptă cu bucurie scuzele. Ei zic: „OK, acum că admiţi că tu ai greşit şi că eu am dreptate, putem să fim din nou prieteni." Dacă

apare vreo problemă pe Marte, discuţia se încheie când unul dintre bărbaţi îşi cere scuze.

Pe Venus se întâmplă pe dos. Discuţia începe când spui că îţi pare rău. Când un bărbat îi spune unei femei că îi pare rău, ea va începe să-i explice în detaliu de ce ar trebui să-i pară rău.

Pentru a putea ierta, o femeie simte nevoia să vorbească până când vede că partenerul înţelege de ce este supărată.

El devine foarte frustrat de acest răspuns pentru că se aştepta ca discuţia să se termine după ce şi-a cerut iertare. Când ea începe să vorbească, el simte că scuzele lui n-au dus la nimic bun. Când scuzele lui nu funcţionează, el face ceea ce crede că e mai bine să facă – încearcă s-o facă să se simtă mai bine explicându-i de ce nu trebuie să fie supărată. Pe planeta lui, dacă dai o explicaţie bună, celălalt se simte imediat mai bine.

Pe Marte, dacă întârzii la o întâlnire, explici că a avut loc un accident pe pod şi că ai fost oprit timp de patruzeci şi cinci de minute. Ceilalţi locuitori de pe Marte se vor simţi imediat mai bine. Dacă le spui că ai fost oprit timp de două ore într-un ambuteiaj, se vor simţi chiar mai bine. Dacă spun: „Fiica mea s-a tăiat din greşeală şi a trebuit s-o duc la spital", nu se vor supăra deloc pe mine. Pe Marte, cu cât explicaţia este mai bună, cu atât se va simţi mai bine persoana care ascultă şi cu atât va fi mai iertătoare.

EXPLICAŢIILE NU FUNCŢIONEAZĂ PE VENUS

Pe Venus, totul e diferit. Explicaţiile pot înrăutăţi lucrurile. Când un bărbat dă o explicaţie bună, el presupune că partenera lui ar trebui să se simtă imediat mai bine. Dar ea are efect invers. Ea înţelege că el crede că nu are dreptul de a fi supărată. Pe Venus, înainte ca o femeie să se simtă mai bine, ea trebuie să simtă că bărbatul înţelege că are pe bună-dreptate dreptul de a fi supărată.

Ea nu poate accepta pur şi simplu explicaţia lui ca pe ceva care să o poată face să se simtă mai bine; ea simte nevoia să vorbească mai întâi despre cum s-a simţit. Vrea să fie înţeleasă; apoi este gata să ierte. Nici nu-i trebuie o explicaţie bună. Tot ce are ea nevoie este ca bărbatul să înţeleagă cu adevărat de ce e supărată.

Iată câteva exemple de explicaţii ale locuitorilor de pe Marte şi reacţiile posibile ale celor de pe Venus la auzul lor:

El spune:	**Ea înţelege:**
„Îmi pare rău că am întârziat. A avut loc un accident grav pe pod. Circulaţia a fost groaznică. Era atât de cald şi dura atât de mult, am rămas blocat în spatele unui camion imens...”	„Am un motiv bun pentru întârziere, aşa că n-ar trebui să te superi prea tare din cauza asta. Ar trebui să fii fericită că până la urmă am ajuns.”
„Îmi pare rău că m-am enervat pe tine, dar mă criticai prea mult. Ziceai...”	„Mă criticai atât de tare; tu ai greşit, deci tu ar trebui să-mi ceri mie scuze.”
„Îmi pare rău că nu te-am sunat înapoi. Sunt supus unor mari presiuni la serviciu. Nu ţi-ar veni să crezi ce termen limită am pentru proiectul acesta. Pur şi simplu nu ştiu ce să fac...”	„N-ar trebui să te superi pe mine; în schimb, ar trebui să-ţi pară rău pentru mine. Sunt supus unor mari presiuni la serviciu.”
„Îmi pare rău că am uitat să iau biletele pentru simfonie. Era aşa de frumos afară încât am zis că am putea să mergem mai bine cu barca. E cea mai bună perioadă a anului pentru plimbări cu barca...”	„N-ar trebui să te superi pe mine; ideea mea cu barca e mult mai bună. Ar trebui să fii mulţumită de planul meu.”
„Îmi pare rău că te-am lăsat singură un timp la petrecere. Nu credeam că te vei simţi părăsită. Pur şi simplu vorbeam cu nişte prieteni vechi. Nu vroiam să te rănesc. Credeam că...”	„N-ar trebui să fii atât de sensibilă. Dacă ai fi normală, nu te-ai fi simţit atât de rănită. N-am făcut nimic rău. Pur şi simplu vorbeam cu nişte prieteni vechi.”
„Îmi pare foarte rău pentru ce am spus. Dar m-am simţit ofensat de felul în care vorbeai cu mine. Când ai zis că...”	„N-ai nici o scuză pentru felul în care ai vorbit cu mine. Am spus unele lucruri răutăcioase, dar nu mai rele decât cele spuse de tine. Tu ai început...”

Pentru a se perfecţiona în arta de a-şi cere scuze, bărbaţii trebuie să ţină minte că explicaţiile nu funcţionează în cazul femeilor. Alta e abordarea care funcţionează precum vrăjile.

ARTA DE A CERE SCUZE UNEI FEMEI

Arta de a cere scuze unei femei presupune trei paşi.

1. Spune-i că îţi pare rău

Când o femeie e supărată, primul lucru pe care vrea să-l audă e că îţi pare rău. Când îi spui că îţi pare rău, îi transmiţi faptul că eşti deschis să îi cunoşti sentimentele. Spune pe scurt că îţi pare rău, fără să dai vreo explicaţie. Cu cât o spui în mai puţine cuvinte, cu atât e mai mare efectul.

2. Ascultă-i răspunsul

Când spui că îţi pare rău, ea simte că ţii la ea destul de mult pentru a-i da ocazia de a vorbi despre sentimentele ei. Odată ce a vorbit despre ele, trebuie să fii din nou atent să nu dai explicaţii sau să o contrazici în vreun fel.

Dacă vrea să vorbească în continuare, ascult-o pur şi simplu. Dacă nu spune nimic, poţi trece la pasul numărul trei.

Nu se presupune că a asculta o femeie vorbind atunci când e supărată e ceva plăcut. E normal să nu fie prea confortabil s-o asculţi. E ceva la care te aştepţi. Ori alegi să te simţi prost pentru câteva minute, ori ea te va face oricum să te simţi prost săptămâni la rând. Când o femeie e supărată, ea simte nevoia să vadă că şi tu simţi într-un fel disconfortul pe care îl resimte ea.

3. Răspunde cu un „nadjectiv"

Când ai făcut o greşeală, foloseşte un adjectiv negativ – un „nadjectiv" – pentru a te descrie sau pentru a descrie ce ai făcut. În timp ce o asculţi pe partenera ta vorbind de-a lungul primelor două etape, gândeşte-te la „nadjectivul" potrivit pentru a descrie comportamentul tău în momentul în care ai făcut greşeala, în loc să cauţi o explicaţie. Iată câteva exemple de „nadjective" şi efectele pe care le produc asupra femeilor:

Tu spui:	**Ea simte:**
„Îmi pare rău că am întârziat… Am fost tare *nepoliticos*."	Ai dreptate. Ai fost nepoliticos. OK, acum ştii cum mă simt. Îmi e mai bine. E în regulă dacă întârzii din când în când. Nu trebuie să fii perfect. Vreau doar să te gândeşti şi la mine. Pot să te iert. Nu e ceva foarte grav.
„Îmi pare rău pentru ce am spus ieri… M-am gândit la asta şi mi-am dat seama că am *exagerat*…"	Aşa e, chiar a exagerat. Oau, e atât de responsabil. Chiar sunt impresionată. Probabil că am reacţionat amândoi prea tare, dar el a recunoscut. E extraordinar. Chiar s-a gândit la discuţia pe care am avut-o. Ştie cum trebuie să mă fi simţit… N-a fost chiar atât de îngrozitor. Pot să-l iert.
„Îmi pare rău că nu te-am sunat înapoi mai devreme. Ai dreptate; am fost de-a dreptul *insensibil*."	Hmm, chiar înţelege. Se pare că nu e atât de insensibil precum credeam. Poate că ţine la mine. Pot să-l iert pentru asta. Nu trebuie să mă sune tot timpul.
„Îmi pare rău că am uitat să iau biletele. A fost un gest *egoist* din partea mea."	Fii sigur că aşa a fost. Nici măcar nu s-a gândit la mine, s-a gândit doar la el… Hmm, poate că nu e atât de egocentric precum credeam. Nu trebuie să facă tot ce vreau eu. Într-o relaţie trebuie să se creeze un echilibru între ce dai şi ce primeşti. Pot să-l iert.

Tu spui:	**Ea simte:**
„Îmi pare rău că te-ai simțit exclusă la petrecere... Am fost *nepoliticos* și *rău*."	Așa e, a fost nepoliticos și rău... Într-un fel, e foarte atent dacă își dă seama de asta. Pot să-l iert. Sunt sigură că n-a vrut să mă lase singură.
„Chiar îmi pare rău pentru ce am spus. Am avut o atitudine *defensivă*."	Chiar *era* defensiv. Credeam că n-a auzit nimic din ce i-am spus. Dar se pare că m-am înșelat. El încearcă să înțeleagă ce spun. Cel puțin ține la mine îndeajuns încât să încerce să mă înțeleagă.

În aceste șase exemple, bărbatul își cere scuze folosind unul sau mai multe dintre următoarele șase „nadjective": *nepoliticos, insensibil, egoist, rău, defensiv* și *exagerat*. Acestea sunt cele mai importante șase „nadjective". Sigur, bărbații pot veni și cu alte idei, dar acestea sunt suficiente.

O femeie nu se satură niciodată să audă aceste „nadjective" după ce bărbatul și-a cerut scuze cu sinceritate. E ca și cum ai spune unui bărbat: „Mulțumesc", „Ce idee bună!", „Corect" sau „Mulțumesc că ai avut răbdare." Nu se satură niciodată să audă aceste cuvinte.

CUM SĂ IERȚI UN BĂRBAT

Așa cum pentru un bărbat e important să găsească cuvintele potrivite pentru a-și cere iertare pe Venus, pentru o femeie e important să arate faptul că iartă într-o manieră care să funcționeze pe Marte. A spune pur și simplu: „Te iert" poate fi interpretat de către bărbați ca o critică. Dacă afișezi o atitudine deschisă, acceptându-l pe partener chiar dacă a greșit, el se va simți iertat cu adevărat. Iată câteva exemple de fraze care îi pot trimite pe bărbați în raiul de pe Marte:

El spune:	**Tu spui:**
„Îmi pare rău că am întârziat... Am fost tare *nepoliticos*."	„E în regulă. Să mă suni data viitoare, bine?"
„Îmi pare rău pentru ce am spus ieri... M-am gândit la asta și mi-am dat seama că am *exagerat*..."	„Scuzele sunt acceptate... N-a fost chiar așa de rău. Eram amândoi supărați. Mă bucur că te-ai gândit la asta."
„Îmi pare rău că nu te-am sunat înapoi mai devreme. Ai dreptate; am fost de-a dreptul *insensibil*."	„E în regulă; pur și simplu nu știam ce s-a întâmplat." În acest moment ea *este* receptivă în fața explicației lui.
„Îmi pare rău că am uitat să iau biletele. A fost un gest *egoist* din partea mea."	„E în regulă. Rămâi dator. Data viitoare mergem la simfonie."
„Îmi pare rău că te-ai simțit exclusă la petrecere... Am fost *nepoliticos* și *rău*."	„N-a fost mare lucru, dar faptul că n-ai făcut-o intenționat mă face să mă simt bine. Sunt sigură că o să te revanșezi." (spus zâmbind)
„Chiar îmi pare rău pentru ce am spus. Am avut o atitudine *defensivă*."	„Mulțumesc, nu trebuia să spui asta. Apreciez faptul că încercai să înțelegi."

Dacă femeile își exprimă iertarea spunând una dintre frazele de mai sus, bărbatul nu mai e nevoit să aibă o atitudine defensivă și are puterea de a fi mai responsabil și mai atent la nevoile ei. Iată câteva exemple de cum poate răspunde un bărbat când e iertat de o femeie:

Ea spune:	**El gândește:**
„Scuzele sunt acceptate... N-a fost chiar așa de rău. Eram amândoi supărați. Mă bucur că te-ai gândit la asta."	Oau, cât e de înțelegătoare. Trebuie să țin minte să o sun data viitoare. E o cerință rezonabilă.

Ea spune:	**El gândeşte:**
„E în regulă. Să mă suni data viitoare, bine?”	Oau, cât e de iubitoare. N-ar trebui să fiu atât de defensiv. Data viitoare o să încerc să-i înţeleg mai bine punctul de vedere.
„E în regulă; pur şi simplu nu ştiam ce s-a întâmplat.” În acest moment ea *este* receptivă în faţa explicaţiei lui.	Cât e de drăguţă. Chiar îmi place asta la ea. Ar trebui s-o sun mai des.
„E în regulă. Rămâi dator. Data viitoare mergem la simfonie.”	Umm. Simt c-am fost egoist. Data viitoare o să fac ceva frumos pentru ea.
„N-a fost mare lucru, dar faptul că n-ai făcut-o intenţionat mă face să mă simt bine. Sunt sigură că o să te revanşezi.” (spus zâmbind)	E mai important decât credeam. Data viitoare o să fiu mai atent.
„Mulţumesc, nu trebuia să spui asta. Apreciez faptul că încercai să înţelegi.”	E atât de minunată. De unde-a venit? Îmi place planeta Venus.

În fiecare dintre aceste exemple, faptul că femeia arată că şi-a iertat partenerul şi că îl acceptă îl motivează pe acesta să continue să încerce să-şi dea silinţa. Minimalizându-i greşelile, ea îl determină să-i ia mai în serios sentimentele şi sensibilităţile. Durează ceva timp până când bărbatul înţelege că femeile pot reacţiona diferit.

ÎMPĂCAŢI-VĂ CA SĂ NU VĂ DESPĂRŢIŢI

Aceste modalităţi de a cere şi a accepta scuzele pot fi folosite în orice moment de-a lungul celor cinci etape ale întâlnirilor, dar ele trebuie să fie folosite neapărat înainte de căsătorie. Pe măsură ce problemele şi conflictele potenţiale cresc în număr, e extrem

de important să ştiţi cum să ajungeţi la o rezolvare şi la un compromis. Fără a vă fi exersat abilitatea de a vă împăca, puteţi ajunge să vă despărţiţi. Dacă dobândiţi obiceiul de a vă cere scuze pentru lucrurile mărunte, vă va fi mai uşor când apar situaţii mai dificile.

DIN NOU SINGUR

Unele persoane care ajung din nou să fie celibatare pot să nu mai simtă nevoia de a se recăsători. Au divorţat, iar copiii au crescut. Pentru ei, aparent nu există nici un motiv de a se căsători. În trecut, oamenii se căsătoreau mai ales pentru a asigura supravieţuirea şi siguranţa familiei. Dacă nu plănuiesc să aibă o familie, atunci de ce să se căsătorească?

Aşa cum am văzut deja, timpurile s-au schimbat. Astăzi oamenii se căsătoresc şi din alte motive în afară de supravieţuire şi siguranţă. Ne căsătorim pentru a ne simţi împliniţi pe plan sentimental. În mod clar, un cuplu poate avea o relaţie profundă şi serioasă, dar dacă nu ajung într-un final la cea de-a cincea etapă, dragostea lor nu va continua să crească. Dragostea şi romantismul au nevoie de un angajament al sufletelor pentru a se dezvolta.

DE CE SĂ VĂ CĂSĂTORIŢI?

Căsătoria atestă faptul că partenerul e special pentru noi pe toate planurile şi că ne dăm silinţa ca dragostea să crească. Căsătoria este promisiunea că ne vom considera partenerul special pentru tot restul vieţii.

Fără acest angajament, vom simţi lipsa unui lucru foarte important. Pentru ca o femeie să-i ofere unui bărbat dragostea, aprecierea, înţelegerea şi încrederea pe care acesta şi le doreşte, ea trebuie să aibă încredere că şi nevoile ei vor fi satisfăcute. Ea trebuie să simtă că el o adoră, că ţine la ea, că o înţelege şi o respectă atât de mult încât îi va fi mereu alături. Mulţumindu-se cu mai puţin, vor avea mai puţin. Dragostea pe care o simt nu va avea şansa de a se dezvolta pe deplin şi de a fi exprimată.

DRAGOSTEA ADEVĂRATĂ ŞI DE DURATĂ

Dragostea pe care o simţim atunci când suntem logodiţi nu e numai adevărată şi de durată, dar e şi plină de speranţă. E ca o sământă ce conţine imaginea posibilităţilor viitoare. E fundaţia pe care ne construim viaţa. Pentru a hrăni această sământă şi a-i da şansa de a creşte, trebuie să avem răbdarea de a ne celebra dragostea în etapa a cincea.

Putem compara trecerea prin cele cinci etape ale întâlnirilor cu coacerea prăjiturilor. Amestecarea tuturor ingredientelor are loc în primele patru etape; apoi, etapa a cincea echivalează cu introducerea ingredientelor în cuptor. Pentru ca prăjitura să crească e nevoie de suficient timp. Zăbovind câteva luni în stadiul al cincilea, avem şansa nu numai de a simţi căldura dragostei, dar putem s-o facem mai solidă.

A găsi dragostea adevărată şi de durată nu înseamnă a o simţi în orice clipă. Pe lumea asta, totul e ciclic. Noaptea îi urmează zilei, marea are flux şi reflux, ceea ce se ridică va coborî la un moment dat. La fel, după ce inima se deschide, ea se şi închide. Angajamentul reprezentat de căsătorie ne ajută să ne deschidem iar şi iar inima.

De fiecare dată când acţionăm şi reacţionăm într-o manieră în concordanţă cu acest angajament sufletesc, ne deschidem din nou inimile, urmând cel mai important ţel.

CUM NE EXPRIMĂM SENTIMENTELE

Dorinţa de a împărţi viaţa cu cineva este expresia sufletelor noastre. În termeni practici, sufletul nostru îşi aduce aminte de cel mai important ţel al lui. Angajându-ne să ajungem în acel punct, ne supunem dorinţei noastre de a avea succes nu numai în dragoste, dar şi în viaţă.

Atunci când putem lua decizii cu inima deschisă, suntem gata să ne construim o viaţă mai bună.

În termeni spirituali, dorinţa de a ne căsători vine din promisiunea sacră pe care suntem chemaţi să o ţinem. E voinţa lui Dumnezeu. Când ne angajăm să ne ţinem această promisiune, ne supunem voinţei lui Dumnezeu.

Când inimile ni se deschid, viaţa noastră capătă sens. Ţinându-ne promisiunea de a ne iubi şi a ne preamări partenerul mai mult decât pe oricine altcineva, vom fi gata să ne deschidem iar şi iar inimile. Asigurându-ne că ne ţinem promisiunea sufletească, vom putea aduce lumea spirituală în lumea materială. Când trăim în dragoste, aducem raiul pe pământ.

SĂMÂNŢA MĂREŢIEI

Sămânţa măreţiei e capacitatea noastră de a şti, de a vorbi şi de a ne ţine cuvântul. Una dintre puterile noastre constă în a ne ţine cuvântul din punct de vedere fizic. O alta este aceea de a-i sprijini pe plan emoţional pe cei la care ţinem. Tot în puterea noastră stă să susţinem şi să trăim în concordanţă cu ceea ce credem că este bine şi drept. Cea mai importantă putere a noastră este de a acţiona, a simţi şi a gândi cu inima deschisă. Când inimile ne sunt deschise, putem acţiona în concordanţă cu cel mai important ţel al nostru, dragostea.

Făcând ceea ce spunem că facem, găsim treptat puterea de a ne pune în practică visele. Când dăm expresie celor mai bune părţi ale sinelui, ne creăm treptat norocul ce ne dă ocaziile de care avem nevoie. Când acţionăm, simţim şi gândim în concordanţă cu dorinţele sufletului, ne putem arăta măreţia în viaţa de toate zilele.

Ţinându-ne promisiunile sufleteşti, viaţa capătă sens, e investită cu har şi are un scop. Căsătoria presupune înţelegerea acestei promisiuni, iar asigurarea succesului mariajului este împlinirea celor mai importante scopuri ale inimii noastre. Angajându-ne, începem să luptăm pentru ca dragostea să dureze.

8

CUM SĂ TRECI PRIN CELE CINCI ETAPE

Dacă unul dintre parteneri trece peste primele etape ale întâlnirilor, e mai dificil să se ajungă la căsătorie. Pentru a trece prin cele cinci etape ale întâlnirilor, e important să se respecte întregul proces. Fiecare etapă creează oportunităţi, dar aduce şi provocări. Experienţele pozitive ale fiecărei etape constituie bazele pentru a trece cu succes peste provocările etapei următoare. La şcoală, ar fi fost foarte greu dacă ai fi urmat cursuri de algebră pentru avansaţi înainte de a învăţa tabla înmulţirii. La fel, în dragoste, e foarte important să te pregăteşti temeinic la fiecare etapă, înainte de a trece mai departe.

Fără a înţelege perfect fiecare etapă, e tentant să sari peste etape, mai ales când încep să apară provocările specifice etapei respective. În loc să faci faţă provocărilor primului stadiu, poţi sări o etapă pentru a experimenta beneficiile următorului stadiu. Problema e că, atunci când apar provocările următorului stadiu, eşti nepregătit şi tinzi fie să-ţi pierzi interesul, fie să dai înapoi.

De exemplu, pentru că nu vrem să fim respinşi sau să eşuăm, vom trece prea repede de la prima etapă la cea de-a doua – nesiguranţa. În consecinţă, la primele întâlniri suntem prea cusurgii înainte de a începe să curtăm sau să flirtăm cu un partener potenţial. În loc să avem o atitudine deschisă faţă de ce are de oferit o persoană, începem prea devreme s-o testăm. Căutăm să fim siguri că persoana respectivă este cea potrivită pentru o relaţie bazată pe fidelitate în loc să ne simţim bine la întâlniri.

Destul de des, oamenii trec peste cea de-a doua etapă. Decât să rişte să piardă un partener pentru că sunt nesiguri, mai bine trec direct la următoarele etape. În loc să aibă răbdare pentru a testa relaţia înainte de a se implica mai intim, ei intră în panică şi cedează presiunii nesiguranţei, comportându-se ca şi cum ar fi siguri.

În loc să se sigure dacă partenerul lor e bărbatul potrivit, femeile sar peste etape, încercând să-i demonstreze acestuia că ele sunt cele potrivite pentru el. Când bărbatul se simte nesigur, se poate simţi obligat să-i arate partenerei cât de implicat este el în relaţie, ca modalitate de a o impresiona, când, în fapt, nu e pregătit pentru asta. Pe măsură ce se implică mai mult, amândoi vor avea tendinţa de a reveni la etapa nesiguranţei. El poate tinde să devină indiferent şi distant, în timp ce tendinţa ei va fi să se simtă neajutorată fără el şi să aibă nevoie să se reasigure de sentimentele lui.

Când, în prima etapă (atracţia), o femeie reacţionează ca şi cum ar fi în etapa a cincea (logodna), e la fel de nepotrivit ca şi atunci când îţi întrebi partenerul de la prima întâlnire câţi oameni vrea să invite la nuntă sau câţi copii vrea. În majoritatea cazurilor, când o femeie reacţionează ca şi cum ar fi într-o etapă mai avansată a relaţiei, pentru bărbat va fi şi mai greu să treacă de la o relaţie la alta.

Când te îndrăgosteşti, abordarea potrivită este de a rămâne în această primă etapă şi de a-ţi înfrâna impusul de a-i răspunde partenerului într-o manieră ce ar fi potrivită în etapa a cincea. Apoi, după alte câteva întâlniri, treci la etapa a doua (nesiguranţa) şi încearcă să ţii cont de sentimentul de nesiguranţă. Chiar dacă ea e foarte fericită sau dacă el vrea să ia avionul până la Las Vegas şi să se căsătorească, trebuie să aveţi răbdare, să fiţi atenţi şi să lăsaţi relaţia să treacă testul timpului.

Dacă vă îndrăgostiţi repede, fiţi atenţi să înaintaţi încet şi să lăsaţi relaţia să treacă testul timpului.

O femeie trebuie să ţină minte că ea este nestemata, iar bărbatul trebuie să-i asigure un cadru bun pentru a străluci. În loc să se concentreze să-l mulţumească fiindcă o face foarte fericită, trebuie să-l lase s-o mulţumească în continuare. În loc să înceteze să mai facă altceva în afară de a se concentra supra lui, trebuie să-l lase să-şi demonstreze interesul modificându-şi programul în funcţie de ea.

Femeile sunt pietre rare, iar bărbaţii trebuie să le asigure un cadru bun pentru a străluci.

Când o femeie îl lasă pe bărbat să facă mici sacrificii pentru ea, acesta începe s-o considere şi mai specială. Ea nu trebuie să facă nimic pentru a-i câştiga interesul. El e deja interesat. Cu cât el dă mai mult, iar ea primeşte cu graţie, cu atât el devine mai interesant. Dacă nu înţelege acest lucru, femeia îl poate împiedica pe bărbat s-o dorească mai mult, fără să-şi dea seama, oferindu-i prea mult în schimb, fiind prea dornică să-l mulţumească, prea entuziastă, înţelegătoare şi disponibilă. Când un bărbat simte că e pe cale de a câştiga inima unei femei, aceasta devine şi mai atrăgătoare. Astfel, el poate găsi motivaţia pentru a trece la următoarea etapă.

CÂND FEMEIA ÎNAINTEAZĂ PREA REPEDE

Când femeia se îndrăgosteşte şi se comportă ca şi cum el i-ar fi cucerit inima, ca şi cum ar fi deja în etapa a cincea a relaţiei, bărbatul tinde să rămână în stadiul în care se află. Nu are nici un motiv să treacă mai departe. Când femeia trece mai repede peste diferitele etape, bărbatul tinde să frâneze.

Pe Marte, există o convingere foarte fermă şi o tendinţă instinctivă de a nu schimba o formulă care merge. Dacă, aruncând mingea într-un anumit fel, câştigi meciul, de ce să arunci altfel? „Nu repara ceva ce nu e stricat." E o strategie fundamentală a locuitorilor de pe Marte. Femeile nu-şi dau seama de această diferenţă pentru că pe Venus se întâmplă pe dos. Dacă ceva merge bine, atunci ele se gândesc cum să facă să meargă şi mai bine. Dacă o femeie primeşte tot ce îşi doreşte în cadrul unei relaţii, e motivată să facă lucrurile să meargă şi mai bine; în schimb, bărbaţii gândesc: „OK, acum pot să mă relaxez; cred că fac destul.".

Pe Marte, există o convingere foarte fermă şi o tendinţă instinctivă de a nu schimba o formulă care merge.

Când o femeie se poartă faţă de un bărbat ca şi cum ar fi în etapa a cincea, el nu va fi motivat să treacă la etapa următoare. El tinde să se relaxeze şi să rămână la stadiul în care se află. Acest lucru se întâmplă când o femeie se comportă ca şi cum ar fi deja într-o etapă superioară celei în care se află el. Să vedem câteva exemple:

DACĂ EL E ÎN ETAPA A PATRA (INTIMITATE), iar ea se poartă ca şi cum ar fi în cea de-a cincea etapă (logodna), s-ar putea ca el să se simtă astfel: „De ce să ne creăm singuri probleme? Totul merge bine. Hai să nu schimbăm nimic." În acest caz, faptul că ea e într-o etapă superioară îl poate împiedica pe bărbat să simtă, în adâncul sufletului, profunzimea dorinţei necesare pentru a se decide dacă vrea să-şi împartă restul vieţii cu ea. În consecinţă, e posibil ca el să nu mai simtă nevoia de a o cere în căsătorie şi de a se logodi.

DACĂ EL E ÎN ETAPA A TREIA (EXCLUSIVITATE), iar ea se poartă ca şi cum ar fi în cea de-a patra (intimitate) sau în cea de-a cincea (logodna), reacţia lui poate fi de felul: „Pentru un timp relaţia asta o să meargă foarte bine." Deşi el rămâne implicat în mod exclusiv în relaţie, nu-şi doreşte mai mult. Va tinde să lase lucrurile să meargă de la sine şi să ia totul ca atare. Tendinţa lui va fi să renunţe la micile gesturi romantice pe care le făcea la început. Această pasivitate îl va face să remarce şi alte femei, iar în final o va împiedica pe parteneră să-l iubească.

DACĂ EL E ÎN ETAPA A DOUA (NESIGURANŢĂ), iar ea se poartă ca şi cum ar fi în cea de-a treia, a patra sau a cincea etapă, reacţia lui poate fi de felul: „Nu vreau s-o dezamăgesc sau s-o fac să sufere; mai bine n-o sun. Nu vreau să-i dau speranţe." Sau: „Vrea foarte mult. Nu cred că sunt pregătit pentru asta." Deşi e perfect normal ca în etapa a doua bărbatul să se îndoiască de alegerea făcută, dacă ea reacţionează ca şi cum ar fi într-o altă etapă, dorinţa lui de a fi fidel va fi influenţată de posibilitatea iminentă de a-şi răni partenera, în caz că pune punct relaţiei, sau de a o dezamăgi, în caz că trece la etapa următoare.

Realitatea crudă e că, cu cât o place mai mult, cu atât mai mult va evita să se implice pentru că s-ar putea ca, în final, s-o rănească. Totuşi, dacă ea reacţionează tot cu nesiguranţă, el nu trebuie să-şi facă probleme că, în final, o va răni dacă relaţia lor va ajunge la etapa exclusivităţii, iar el va pune punct relaţiei. Această libertate îl ajută să găsească încrederea în sine necesară pentru a explora relaţia în etapa următoare – exclusivitatea.

Realitatea tristă e că, cu cât o place mai mult, cu atât mai mult va evita să se implice pentru că s-ar putea ca, în final, s-o rănească.

Să vedem un exemplu în care lucrurile sunt duse la extrem. Dacă o femeie e foarte îndrăgostită de un bărbat sau depinde de el în foarte mare măsură, bărbatul va gândi, în mod clar, ceva de genul: „Pare atât de sigură că eu sunt bărbatul potrivit pentru ea. Mda, nu ştiu ce să zic. Dacă mă implic mai mult, ar putea să-şi facă speranţe prea mari. Ar fi distrusă. O plac prea mult pentru a-i face una ca asta. Nu cred că relaţia asta e potrivită pentru mine. Nu sunt pregătit pentru asta."

Pe de altă parte, dacă la început femeia pare deschisă la avansurile unui bărbat, iar mai târziu e puţin nesigură dacă să treacă la etapa a treia, în ochii lui ea devine mai atrăgătoare. Dacă el e cel care încearcă s-o convingă pe ea, nu se va simţi atât de rău dacă relaţia nu se termină cu bine.

Dacă nu trebuie să-şi facă griji despre cât de greu îi va fi să pună punct unei relaţii, bărbatul e mult mai tentat să se implice.

Când o femeie pare nesigură, iar bărbatul simte că o convinge, atunci el se poate relaxa, ştiind că, dacă lucrurile nu ies bine, iar el încetează s-o mai convingă, ea nu-l va mai dori. Acest lucru îi dă libertatea de a se angaja. O femeie nu gândeşte aşa pentru că, dacă ea simte că trebuie să convingă un bărbat s-o iubească, când va vrea să se relaxeze şi să fie ocrotită, e posibil ca el să nu-şi dea seama c-o iubeşte. Acesta este un alt motiv pentru care, de-a lungul celor cinci etape, bărbaţii sunt cei care curtează, iar femeile sunt cele care le creează oportunitatea de a curta.

DACĂ EL E ÎN PRIMA ETAPĂ (ATRACȚIE), iar ea se poartă ca şi cum ar fi în cea de-a doua, lui i se poate părea că e prea dificilă. S-ar putea să gândească ceva de genul: „Cum poate să mă respingă, când nici nu mă cunoaşte? Probabil că nu e femeia potrivită pentru mine." sau „Are o atitudine prea critică sau mă judecă prea aspru."

Dacă se poartă ca şi cum ar fi în cea de-a treia etapă, femeia îşi poate pierde cu uşurinţă valoarea în ochii lui. Imaginaţi-vă că mergeţi să cumpăraţi o casă şi găsiţi una care vă place, iar vânzătorul vă spune: „Vă place? E a dumneavoastră. Îmi plătiţi cât vreţi." Şansele să primească o ofertă rezonabilă sunt foarte mici. Situaţia e asemănătoare cu cea din bancul lui Groucho Marx: „N-aş vrea să fiu membru al vreunui club care mă acceptă ca membru." Oricum ai privi situaţia, când o femeie se vinde prea ieftin, ajunge să pară maleabilă.

Dacă o femeie se poartă ca şi cum ar fi în etapa a patra sau a cincea, bărbatul se poate apropia foarte mult de ea, pentru ca mai apoi să se îndepărteze. Promisiunea intimităţii o face pe femeie să pară foarte atrăgătoare, dar un prea mare grad de intimitate îl poate foarte uşor face pe bărbat să-şi piardă interesul. Dacă mănânci prea mult, ţi se poate face rău chiar şi de la cel mai bun desert. Pentru o femeie, provocarea e să se dezvăluie treptat, nu dintr-odată.

CÂND BĂRBATUL ÎNAINTEAZĂ PREA REPEDE

Dacă bărbatul se poartă ca şi cum partenera i-ar fi câştigat complet inima, e posibil ca cei doi să treacă mai uşor prin cele cinci etape, dar el încă mai riscă s-o îndepărteze. Destul de des, bărbatul e atât de insistent încât să-şi înăbuşe partenera cu promisiuni. Deşi e tentant, iar partenera se simte flatată, tinde să nu-l creadă. Nu poate fi sigură că el o iubeşte, căci n-o cunoaşte cu adevărat. Ştie că încă n-a văzut-o cu părul ciufulit.

Femeile trebuie să aibă încredere că pot obţine ceea ce au nevoie în cadrul unei relaţii. Nu sunt uşor-impresionabile de sentimentele puternice ale bărbaţilor. Pe Venus, locuitorii ştiu în

mod instinctiv că sentimentele sunt într-o continuă schimbare. Ea trebuie să se asigure că sentimentele lui nu se vor schimba pe măsură ce ajung să se cunoască cu adevărat. Dacă are răbdare să reacţioneze şi să se poarte în mod adecvat fiecărei etape a relaţiei, bărbatul îi poate da femeii încrederea pe care trebuie s-o simtă înainte de a trece la etapa următoare. Să vedem câteva exemple.

DACĂ EA E ÎN A PATRA ETAPĂ (INTIMITATE), iar el se poartă ca şi cum ar fi în etapa a cincea (logodna), ea se poate îndepărta şi poate gândi aşa: „Se poartă de parcă am fi căsătoriţi, iar eu nici măcar n-am fost de acord. Nu cred că se va gândi la nevoile mele dacă ne căsătorim. Nici măcar nu-mi ia în seamă sentimentele." În cazul acesta, faptul că el se poartă ca şi cum ar fi logodiţi o poate îndepărta pe parteneră şi o poate împiedica să simtă că se poate abandona total acelei relaţii. Înainte ca femeia să-i răspundă afirmativ la cerere, ea trebuie să simtă că sentimentele îi vor fi respectate.

DACĂ EA E ÎN A TREIA ETAPĂ (EXCLUSIVITATE), iar el se poartă ca şi cum ar fi în etapa a patra (intimitate) sau a cincea (logodnă), reacţia ei poate fi de felul: „Vrea prea mult; nu sunt pregătită pentru asta. Încep să mă simt obligată să fac mai mult. Nu ştiu dacă îi pot da tot ce-şi doreşte. De-abia încep să-l cunosc. Nu sunt pregătită" Deşi o femeie apreciază foarte mult atenţia şi dorinţa unui bărbat de a fi cu ea, când el se apropie prea mult, ea poate deveni asemenea locuitorilor de pe Marte, vrând să păstreze distanţa.

Când avansurile unui bărbat o fac pe parteneră să simtă că nu e pregătită, tendinţa ei de a trece la etapa următoare e îngrădită. Pe măsură ce femeia începe să simtă că va putea primi sprijinul de care are nevoie, va fi gata să treacă mai departe, la etapa următoare.

DACĂ EA E ÎN A DOUA ETAPĂ (NESIGURANŢA), iar el se poartă ca şi cum ar fi în etapa a treia, a patra sau a cincea, reacţia ei poate fi de felul: „Cum poate să-şi dorească atât de mult? Nici măcar nu mă cunoaşte. Când o să ajungă să mă cunoască cu

adevărat, o să mă părăsească. Nu vreau să fiu rănită. Nu vreau să-mi fac speranţe deşarte. El crede că sunt perfectă, când, de fapt, nu sunt. Nu pot să am încredere în instinctele lui. Deşi e perfect normal să te îndoieşti de un bărbat, când e prea insistent, el îşi poate împiedica partenera să aibă suficientă încredere în el pentru a trece la etapa exclusivităţii.

Din nou, realitatea crudă e că, cu cât el o place mai mult, cu atât ea se va îndepărta mai mult şi nu va avea încredere în el pentru simplul motiv că acesta nu-şi dă seama de importanţa respectării caracteristicilor fiecărei etape. Când o femeie simte că partenerul vrea să se asigure că e persoana potrivită pentru ea, această atitudine o ajută să găsească siguranţa de care are nevoie pentru a trece la etapa exclusivităţii.

Destul de des, bărbaţii mi se plâng că femeile nu sunt atrase de bărbaţi cumsecade şi că au relaţii cu bărbaţi care par să nici nu le pese de ele. În primul rând, faptul că femeile nu se implică în relaţii cu bărbaţi cumsecade e un mit. Câte femei le şuşotesc prietenelor înainte de a merge spre altar: „Sunt aşa de fericită... E un nemernic."?

Faptul că femeile nu se implică în relaţii cu bărbaţi cumsecade e un mit.

Unul dintre motivele pentru care bărbaţii cred că femeilor nu le plac bărbaţii cumsecade e că, atunci când femeile refuză un bărbat, spun aproape mereu: „Eşti un tip drăguţ, dar aş vrea să rămânem la stadiul de prieteni." E uşor să tragi concluzia că femeile îi refuză pe bărbaţii cumsecade.

De fiecare dată când un tip cumsecade e respins, el presupune în mod greşit că asta se datorează faptului că e cumsecade. Această idee vine din nenumăratele situaţii în care femeile se plâng de o relaţie din trecut. Când se plâng, ele tind să se concentreze asupra faptului că respectivul bărbat era un nemernic. Aşa că, din nou, bărbaţii cumsecade nu înţeleg femeile şi se întreabă de ce se implică atât de mult în relaţii cu nemernici. Răspunsul la această întrebare e că, la început, ele credeau că erau bărbaţi cumsecade.

Femeilor le plac bărbaţii cumsecade, dar se îndepărtează dacă un bărbat pare prea cumsecade. Când o femeie se află în prima sau în cea de-a doua etapă a unei relaţii, iar bărbatul se poartă ca şi cum ar fi în etapa a treia, a patra sau a cincea, ea îşi poate pierde cu uşurinţă interesul. Ea simte că bărbatul vrea, se aşteaptă şi dă prea mult, aşa că se simte obligată să returneze mai mult decât e pregătită să dea. Dacă el se poartă prea frumos, ea se teme să se implice ca nu cumva să-l rănească. Dacă el e într-adevăr drăguţ, s-ar putea ca ei să-i fie teamă că, atunci când va descoperi că nu e la fel de drăguţă tot timpul, o va părăsi.

Femeile par să fie atrase de bărbaţi cărora „nu le prea pasă", pentru că aceşti bărbaţi sunt în mod clar în prima sau în a doua etapă, adică etapele normale la începutul unei relaţii. Când un bărbat curtează o femeie, dar nu e încă sigur de exclusivitate şi tot ce urmează, acest lucru îl poate face foarte atrăgător.

El e atrăgător pentru partenera lui deoarece, pentru ca o femeie să-şi deschidă inima şi să înceapă să cunoască un bărbat, trebuie să simtă că e în regulă să dea înapoi şi să fie nesigură. Când un bărbat înaintează în forţă, femeia poate avea sentimentul că ea nu are dreptul să fie nesigură. În consecinţă, nu are şansa să ajungă să fie sigură că e pregătită să treacă la etapa exclusivităţii.

DACĂ EA E ÎN PRIMA ETAPĂ (ATRACŢIE), iar el se poartă ca şi cum ar fi nesigur, atunci ea poate gândi aşa: „Poate că nu-i pasă atât de mult de mine. Deşi mă simt atrasă de el, m-am săturat să tot dau cartea de vizită; vreau să fiu curtată." În alte situaţii, ea îşi poate spune aşa: „Poate că e doar foarte timid; o să flirtez cu el şi dacă tot nu-mi cere numărul de telefon, o să-i dau cartea de vizită." În ambele cazuri, faptul că el e nesigur o împiedică să fie mai receptivă. În unele cazuri, acest lucru o va face să-l curteze ea pe el, iar atracţia va dispărea în mod inevitabil.

Când ea e în prima etapă, iar el se poartă ca şi cum ar fi în cea de-a treia, a patra sau a cincea etapă, ei îi va fi, din nou, foarte greu să aibă încredere în el. Ea simte că el îi cere atât de mult încât îşi pierde interesul. Sau s-ar putea să simtă că el o doreşte

atât de mult încât, dacă l-ar refuza, l-ar răni. Apoi ea simte nevoia să-l protejeze, aşa cum simt femeile nevoia de a proteja copiii, iar în acest caz gradul de atracţie scade automat. Aşa că va dori să rămână doar prieteni.

În toate aceste exemple, capacitatea unui cuplu de a trece prin cele cinci etape scade atunci când unul dintre parteneri e prea nerăbdător. Se poate întâmpla ca ambii parteneri să fie prea nerăbdători şi să sară peste etape. Asta nu înseamnă în mod necesar că cei doi nu vor trece prin toate etapele, dar înseamnă că nu vor ajunge să capete abilitatea şi datele necesare pentru a construi o fundaţie solidă pentru ca relaţia să evolueze. E posibil chiar să se căsătorească, dar pentru că nu erau pregătiţi, problemele inevitabile şi provocările care apar vor fi mult mai greu de rezolvat.

În general, bărbaţii tind să devină pasivi atunci când femeia este cea care dă mai mult într-o relaţie, în timp ce femeile tind să devină bănuitoare când un bărbat dă prea mult. Nici bărbaţii şi nici femeile n-ar trebui să-şi ascundă sentimentele şi să nu fie sensibili la nevoile partenerului atât timp cât ele sunt potrivite etapei în care se află relaţia.

Cum astăzi totul e făcut în viteză, tindem să mergem prea repede şi când e vorba de relaţii. Trebuie să fim atenţi să nu dăm cu mult mai mult decât oferă partenerul. Pentru motivele prezentate mai sus, devine clar de ce atât de mulţi oameni întâmpină dificultăţi în a-şi găsi un partener.

TRĂIND CU O PROMISIUNE

Destul de des, femeile fac greşeala de a anticipa ce le va oferi partenerul dacă sunt iubitoare. Într-un fel, o femeie trăieşte cu promisiunea că va primi dragostea lui, aşa că devine mai iubitoare. Dacă cineva în care ai încredere îţi spune că tocmai ai câştigat un milion de dolari, probabil că ai fi foarte încântat. Te-ai simţi ca un milionar. După ce ai verifica că vei intra în posesia cecului, probabil că ai ieşi în oraş şi ai începe să cheltui. Ai

începe să te porţi ca un milionar. Dacă mai târziu ai afla că a fost doar o farsă şi că nu eşti milionar, nu numai că ai fi dezamăgit, dar ai mai avea şi datorii.

Când o femeie trăieşte cu promisiunea iubirii bărbatului, e bucuroasă să dea în avans pentru că e convinsă că va primi ceea ce are nevoie. Cu cât dă mai mult în avans, cu atât e mai fericită, căci presupune că va primi înapoi ceea ce a dat. Când dă în avans şi nu ca răspuns la ceea ce i-a oferit el, rezultatul e că bărbatul e mai puţin interesat.

E o greşeală să crezi că el va răspunde în mod similar dacă ea îl excită, îi îndeplineşte toate dorinţele şi e bucuroasă să facă ce vrea el. Unele femei cred că, pentru a face un bărbat să le iubească, trebuie să fie mulţumite cu tot ce face el, să fie la dispoziţia lui şi să râdă la glumele lui. Deşi asta ar putea să funcţioneze dacă el ar face lucrurile acestea pentru ea, când o femeie oferă în acest fel, ea diminuează, fără să-şi dea seama, atracţia.

Şi bărbaţii pot trăi cu o promisiune. Un bărbat se poate îndrăgosti de o femeie şi poate simţi că el este bărbatul potrivit pentru ea, că el e cel care o poate face fericită. Pentru că anticipează faptul că o va face fericită, se poartă ca şi cum ea ar fi perfectă. Aşa cum am văzut, când un bărbat promite prea mult şi prea devreme, rezultatele pot fi în sens invers şi o pot determina pe femeie să se închidă în ea.

Având răbdare să treacă împreună prin cele cinci etape ale unei relaţii, atât bărbaţii, cât şi femeile pot minimaliza iluzia de a trăi cu o promisiune. Trecând peste provocările fiecărei etape, putem învăţa lecţiile necesare într-o relaţie de dragoste.

9

CÂND EA VREA SĂ SE CĂSĂTOREASCĂ, IAR EL ÎNTÂRZIE S-O CEARĂ DE NEVASTĂ

Destul de des, femeile simt că trebuie să se căsătorească în timp ce partenerul e fericit să rămână în etapa a patra. S-ar putea ca ea să simtă că timpul trece pentru că vrea să se căsătorească şi să aibă copii, iar ceasul biologic ticăie, sau se poate ca ea să simtă că ceva lipseşte în relaţia lor dacă nu se căsătoresc.

Aşa cum am văzut deja, mulţi bărbaţi nu-şi dau seama de importanţa căsătoriei în cadrul unei evoluţii complete pe plan emoţional; ei sunt mulţumiţi dacă trec prin toate etapele din punct de vedere fizic. Până la urmă, ei cred că primesc tot ceea ce îşi doresc, deci de ce ar risca să treacă la următoarea etapă? Ei nu ştiu că, făcând un angajament pentru tot restul vieţii, nu numai că ar primi mai mult pe plan emoţional, dar şi partenera lor va primi ceea ce-şi doreşte.

Pentru femei, căsătoria e precum sexul pentru bărbaţi. Dacă o femeie i-ar spune unui bărbat că vrea să se limiteze doar la mângâieri, bărbatul ar şti în mod instinctiv că lipseşte ceva. Ar vrea să obţină totul din punct de vedere sexual. În mod asemănător, femeile vor totul din punct de vedere emoţional – vor să se căsătorească. E o dramă comună – femeile vor să se căsătorească, iar bărbaţii nu vor să facă acest pas.

Pentru femei, căsătoria e precum sexul pentru bărbaţi.

Când o femeie e pregătită pentru cea de-a cincea etapă, iar bărbatul rămâne în etapa a patra, la un moment dat ea va face greşeala de a-i accepta dorinţele negându-şi nevoia de a se căsători sau cerându-i partenerului să se căsătorească cu ea. Nici una dintre aceste abordări nu funcţionează, căci bărbaţii nu

răspund bine la ultimatumuri. În plus, ce femeie e încântată să vadă că partenerul ei cedează şi e de acord să se căsătorească? O cerere în căsătorie, la fel ca acceptarea ei, ar trebui să fie expresia liberă şi plină de bucurie a dorinţelor inimii, nu o obligaţie.

Bărbaţii nu răspund bine la ultimatumuri; o cerere în căsătorie, la fel ca acceptarea ei, ar trebui să fie expresia liberă şi plină de bucurie a dorinţelor inimii.

Din fericire, mai există o alternativă la ultimatumuri sau negarea propriilor nevoi: femeile pot trece la stadiul precedent. În loc să fie în stadiul al cincilea şi să-i ceară partenerului să progreseze în acelaşi ritm cu ele, femeile pot trece la cel de-al patrulea stadiu – intimitatea – şi îşi pot împărtăşi sentimentele fără a cere ceva şi fără a-şi învinovăţi partenerul. Bărbaţii răspund mult mai bine când sunt văzuţi ca o soluţie şi nu ca o problemă.

Bărbaţii răspund mult mai bine când sunt văzuţi ca o soluţie şi nu ca o problemă.

Margarette avea treizeci şi patru de ani şi se întâlnea de trei ani cu Stephen. Şi-a dat seama că se purta ca şi cum ar fi avut un mariaj fericit, deşi el nici măcar nu-i ceruse mâna. Înţelegând care a fost contribuţia ei în crearea problemei, a putut să-i împărtăşească sentimentele fără a-l învinui de ceva.

I-a împărtăşit sentimentele lui Stephen în felul următor:

> În ultimul timp m-am simţit destul de neplăcut. Mi-am dat seama că am început să pun la îndoială faptul că ne vom mai căsători vreodată. Sper ca într-o zi să mă căsătoresc, dar încep să cred că nu se va întâmpla niciodată. În inima mea, simt că tu eşti persoana potrivită pentru mine, dar încep să mă îndoiesc de lucrul acesta. Nu vreau să te oblig să faci ceva ce nu vrei să faci; vreau doar să ştii de ce uneori sunt distantă. O parte din mine te iubeşte foarte mult, dar cealaltă parte nu e sigură că vrea să continue relaţia.

După câteva discuţii de felul acesta, Stephen a surprins-o pe Margarette cu o cerere în căsătorie într-un cadru romantic. Dacă

Margarette i-ar fi dat un ultimatum sau l-ar fi amenințat că-l părăsește, e posibil ca el să n-o fi cerut de nevastă. Renunțând la cereri și comunicându-i în mod clar sentimentele, Margarette i-a dat lui Stephen șansa de a rezolva problema.

CE SĂ FACI CÂND AI ÎNAINTAT PREA REPEDE

Dacă ai trecut prea repede peste etape, în general soluția e să te întorci la etapa potrivită. E mai ușor de spus decât de făcut. Acest lucru trebuie făcut cu precauție; mai bine să previi decât să tratezi. Când ai înaintat prea repede și te hotărăști să dai înapoi, e posibil ca partenerul să creadă că îi iei ceva. Acest lucru poate crea probleme.

Când un bărbat a fost foarte atent cu partenera lui, iar apoi se întoarce la prima sau la cea de-a doua etapă, acest lucru o poate răni. La fel, când o femeie a devenit intimă din punct de vedere fizic cu un bărbat, iar apoi dă înapoi, el poate foarte ușor crede că e pedepsit pe nedrept. În ambele cazuri, dacă ambii parteneri înțeleg importanța etapelor, această evoluție necesară poate fi mai ușoară. Totuși, cel mai bine e să te gândești înainte și să nu înaintezi prea repede.

O bună înțelegere a fiecărei etape ne ajută să luăm decizia de a da înapoi și de a ne exprima în cadrul etapei potrivite. De asemenea, când partenerul a înaintat prea repede, vom avea puterea de a-i cere s-o ia mai încet. În materie de dragoste, se întâmplă destul de des să fim atât de entuziaști încât să facem greșeli. Oamenii înțelepți își iartă propriile greșeli, dar și pe cele ale partenerului și mai încearcă o dată.

CUM SĂ EVITAȚI DIVORȚUL

Deși majoritatea cuplurilor necăsătorite nu cunosc această formulă, ea se aplică mereu pentru a salva căsătoriile. Când un cuplu căsătorit plănuiește să divorțeze, în general, cei doi sunt sfătuiți să ia o pauză de câteva luni înainte de a face acest pas. În unele state chiar există o lege conform căreia, înainte de a

divorţa, cuplurile trebuie să locuiască separat timp de şase luni. Destul de des, în această perioadă, cei doi se gândesc mai bine şi decid să nu divorţeze.

A lua o pauză înseamnă a reveni la etapa precedentă. Un cuplu căsătorit, dar trăind separat, poate reveni la prima etapă, partenerii putând să se întâlnească cu alte persoane, ca şi cum n-ar fi căsătoriţi. Uneori, după ce se întâlnesc cu alte persoane pentru câteva luni, cei doi decid să se împace. Revenind la o etapă precedentă, ei obţin un lucru care le lipsea şi sunt capabili să facă mariajul să funcţioneze.

Când cuplurile căsătorite se separă, cei doi revin la o etapă precedentă.

Alteori, cuplurile cad de acord să trăiască separat, dar să nu se întâlnească cu alte persoane. E ca şi cum s-ar întoarce la etapa a doua, nesiguranţa. Trăiesc singuri, fără a căuta alţi parteneri, şi se gândesc dacă vor sau nu să se împace. Din când în când, ies împreună şi descoperă cum e să fie împreună fără a fi atât de dependenţi unul de celălalt. În final, ei pot decide să treacă la etapa următoare şi să se mute din nou împreună, sau se pot despărţi.

Alte cupluri pot decide să se separe şi să iasă împreună aşa cum făceau în etapa a treia sau a patra. Când se întâmplă aşa, pentru o femeie e foarte greu să se întoarcă la sentimente de iubire dacă nu are ocazia să trăiască într-o mai mare intimitate pe plan emoţional. În mod asemănător, bărbaţii au nevoie de intimitate fizică pentru a-şi da seama de sentimentele de iubire.

Pentru ca flacăra iubirii să ardă din nou, femeile au nevoie de intimitate pe plan emoţional, iar bărbaţii pe plan fizic.

În mod clar, femeile ar trebui să fie deschise spre sexualitate numai până la nivelul pe care îl consideră confortabil. Totuşi, a satisface dorinţele unui bărbat ajută foarte mult în a te asigura că are ocazia de a-şi deschide din nou inima. Bărbaţii n-ar trebui să se aştepte ca femeile să fie la fel de sensibile la nevoile lor şi ar trebui să le fie recunoscători că îşi doresc să le satisfacă dorinţele.

Între timp, ei trebuie să facă unele sacrificii pentru a satisface nevoia femeilor de intimitate pe plan emoţional. Ele vor simţi nevoia să vorbească despre problemele pe care le-au resimţit de-a lungul mariajului. Deşi pentru bărbaţi poate fi dificil, ar trebui să le dea partenerelor ocazia de a-şi împărtăşi sentimentele, ascultându-le fără să fie defensivi. Ele n-ar trebui să se aştepte ca partenerul să fie încântat de această cerinţă, ci ar trebui să fie recunoscătoare că acesta vrea să facă tot ce îi stă în putinţă pentru a le satisface dorinţele.

Destul de des, acest proces poate fi mult mai uşor dacă cei doi merg la un consilier matrimonial. Cu cât ea poate să vorbească mai deschis, cu atât va fi mai pregătită să simtă că îşi iubeşte din nou partenerul. Făcând în mod deliberat efortul de a satisface dorinţele partenerului în acest moment dificil, cei doi pot reaprinde flacăra iubirii şi a pasiunii.

Totuşi, a da înapoi e mereu mai greu decât a merge înainte. Dacă cei doi au răbdare să treacă prin fiecare etapă în parte încă de la început, pot crea o bază solidă astfel încât mariajul lor să nu se destrame. Acordând timp pentru a rezolva provocările fiecărei etape, pot evita divorţul.

CÂND SĂ CONTINUI SĂ DAI ÎNAPOI

Când o femeie vrea să se căsătorească şi partenerul ei rezistă – iar întoarcerea la a patra etapă nu funcţionează –, ea ar trebui să se întoarcă la cea de-a treia etapă; dacă nici aceasta nu funcţionează, ar trebui să se întoarcă la cea de-a doua etapă, sau chiar la prima. Întorcându-se treptat la etapele precedente, ea şi partenerul pot retrăi primele etape ale iubirii lor crescânde.

Astfel, bărbatul poate găsi puterea şi claritatea necesare fie pentru a pune punct relaţiei în mod pozitiv, fie pentru a-şi cere în căsătorie partenera. De asemenea, aceasta îi va da femeii puterea şi claritatea necesare fie pentru a pune punct relaţiei dacă el nu o cere în căsătorie, fie pentru a răspunde cu un da spus din inimă dacă o cere.

Pentru a se întoarce la cea de-a treia etapă, o femeie ar trebui să-i spună partenerului că nu simţea că relaţia merge în aceeaşi direcţie cu ea. Trebuie să-i spună că îl iubea, dar că nu vroia să-şi deschidă atât de mult inima şi să fie atât de vulnerabilă în relaţia cu el. Se vor întâlni mai rar şi ea se va concentra pe modul în care ar putea răspunde cu toată dragostea la ceea ce îi oferă el.

CÂND EA REFUZĂ CEREREA ÎN CĂSĂTORIE

Totuşi, dacă ea se întoarce la cea de-a treia etapă, iar el îşi dă, într-un final, seama că vrea să se căsătorească, ea poate avea brusc resentimente pentru că nu i-a cerut mai devreme mâna şi îl poate refuza. Deşi ea s-a întors la etapa a treia pentru ca el s-o poată cere în căsătorie, când acest lucru se întâmplă, sentimentele ei se pot schimba brusc. Poate fi vorba de ură sau nesiguranţă. În loc să fie receptivă la propunerea lui, ea îl respinge.

În timp ce pe Marte lucrul acesta e lipsit de importanţă, pe Venus nu e. Câteodată femeile sunt atât de preocupate să obţină dragostea partenerului încât nu-şi dau seama cât de mult le-a rănit respingerea lui. O femeie îşi suprimă în mod automat durerea şi resentimentele. Când, în final, i se oferă dragostea pe care şi-o dorea, ea simte brusc un val de resentimente şi durere sau pur şi simplu rămâne fără reacţie pe moment.

Aceste sentimente trebuie tratate cu foarte multă delicateţe. Având o nouă perspectivă asupra celor cinci etape, ea poate vedea dincolo de reacţiile imediate şi îşi poate da seama că cea care vorbeşte e durerea, iar nu inima ei. Dacă nu răspunde afirmativ cererii lui, ar trebui măcar să îi ceară să repete propunerea peste o lună. Acordându-şi puţin timp pentru a-şi analiza sentimentele, se poate despovăra de durerea şi resentimentele temporare şi poate găsi dragostea profundă din inima ei.

Având o nouă perspectivă asupra celor cinci etape, ea poate vedea dincolo de reacţiile imediate şi îşi poate da seama că cea care vorbeşte e durerea, iar nu inima ei.

Raj s-a îndrăgostit de Tania de cum a întâlnit-o. Ştia că e sufletul lui pereche. Relaţia lor era foarte pasională, iar după câteva săptămâni erau în cea de-a patra etapă. Raj nu mai fusese atât de îndrăgostit. Dar totul se întâmpla prea repede, iar Raj şi-a dat seama că se îndepărtează. Se simţea nesigur şi începea să aibă îndoieli. Tina, pe care dragostea lui o dăduse pe spate, era adânc rănită. Îl suna pe Raj, dar el n-o suna înapoi.

Câteva luni mai târziu, Raj îşi dădu seama că făcuse o greşeală. O vroia înapoi pe Tina şi încerca s-o sune, dar acum ea era cea care nu-l mai suna. De fiecare dată când o suna, Tina îi asculta mesajul şi simţea durerea. Din fericire, în timpul şedinţelor de consiliere, Tina a aflat că durerea pe care o simţea era un semn că încă îl mai iubea. Refuzase să se mai implice din nou pentru că nu avea încredere în dragostea lui. Se întreba: „Cum să mă fi iubit dacă s-a îndepărtat atât de uşor? Era atât de rece şi de indiferent cu mine!"

Înțelegând cele cinci etape, Tina era pregătită să înţeleagă cum a contribuit ea însăşi la problemă. A aflat că, dacă de data aceasta o va lua mai încet, va putea să aibă încredere în dragostea lui. A aflat că Raj se îndepărtase pentru că se apropiase prea repede, nu pentru că n-o iubise. Raj şi Tina erau norocoşi să fie din nou împreună. Fără a înţelege acest lucru, mulţi trec unul pe lângă celălalt şi ratează şansa de a fi împreună.

ÎNTOARCEREA LA CEA DE-A DOUA ETAPĂ: NESIGURANŢA

În general, când o femeie se întoarce la cea de-a treia etapă, iar partenerul ei n-o cere în căsătorie, după câteva luni ea va începe să se îndoiască de faptul că el este alesul. Acesta este momentul să se întoarcă la cea de-a doua etapă, nesiguranţa.

Pentru a face această schimbare, ea îşi poate împărtăşi sentimentele în felul următor: „Îmi pare rău că nu te iubesc aşa cum te iubeam înainte. Ştiu că te iubesc, dar pentru că nu vrei să ne căsătorim, îmi închid inima. Nu sunt sigură că tu eşti alesul.

Simt nevoia să fiu doar cu mine însămi şi să decid ce să fac. Nu sunt pregătită să mă întâlnesc cu alţi bărbaţi. Încă mi-ar plăcea să ieşim împreună dacă m-ai suna, dar am nevoie de mai mult timp pe care să-l petrec singură. Pur şi simplu nu sunt sigură." Făcând această schimbare şi petrecând un timp în etapa a doua, ea va avea de câştigat de două ori.

Primul beneficiu al nesiguranţei

Primul beneficiu este că o face să se gândească la posibilitatea ca el să nu fie partenerul potrivit. Înţelegerea acestui lucru îi dă claritatea, puterea şi curajul necesare pentru a se despărţi de el într-o manieră pozitivă. În loc să se simtă înşelată, ea va fi, într-un final, mulţumită că nu s-a căsătorit cu persoana nepotrivită.

Nu există o modalitate mai bună de a termina o relaţie decât cu sentimente pozitive de gratitudine. Dacă ea nu simte gratitudine pentru că el nu a fost capabil să-şi ia un angajament, înseamnă că încă n-a acceptat că el nu e persoana potrivită. Ea îl învinuieşte în continuare. Aşa cum am discutat deja, această atitudine negativă o poate împiedica să treacă mai departe pentru a găsi persoana potrivită.

Permiţându-şi să se simtă nesigură şi să se îndoiască de el, va înţelege într-un final de ce este el nesigur în privinţa căsătoriei. Înţelegerea acestui lucru îi va permite să-l ierte. Din această perspectivă a iertării, ea poate avea mai mult discernământ pentru a şti ce e bine pentru ea.

Cel de-al doilea beneficiu al nesiguranţei

Al doilea beneficiu al întoarcerii la cea de-a doua etapă este acela că femeia îi dă partenerului spaţiul de care are nevoie acesta pentru a-şi da seama dacă el e persoana potrivită pentru ea. Creând această distanţă între ei, îi dă lui şansa de a-şi da seama cât de mult o iubeşte. Destul de des, bărbaţii simt cât de mult iubesc o femeie când sunt puşi în faţa posibilităţii de a o pierde.

Destul de des, bărbaţii simt cât de mult iubesc o femeie când sunt puşi în faţa posibilităţii de a o pierde.

Când ea e nesigură, el e liber să fie sigur. Adesea, o femeie îl împiedică fără să știe pe bărbat să simtă dorința de a fi cu ea pentru că ea îl dorește prea mult. Arătându-se prea interesată, poate chiar să-i spulbere dorința și interesul.

În timp ce ea e nesigură, el devine brusc sigur în privința relației. Ori își dă seama că ea e persoana potrivită pentru el, ori că nu e și va pune punct relației. În ambele cazuri părerile lor vor fi mai clare.

DE CE SE SCHIMBĂ SENTIMENTELE UNUI BĂRBAT

Adesea, un bărbat își dă seama cât de importantă este o femeie pentru el după ce ea l-a respins. Acest lucru nu se întâmplă neapărat pentru că el simte instinctiv nevoia de a deține controlul sau pentru că nu are demnitate și caută iubirea unei femei care nu-l iubește, ci pentru că are nevoie de spațiu pentru a-i simți lipsa și pentru a o dori. Când o femeie se apropie prea mult de un bărbat, el nu are ocazia să-i simtă lipsa.

Când cuplurile trec prea repede la etapa intimității, bărbatul nu-și dă tot timpul seama de cât de mult vrea să fie cu partenera lui. În unele cazuri, el își va da seama cât de specială este pentru el de-abia când ea se îndepărtează și nu-l mai curtează. Destul de des, bărbații se îndepărtează și apoi – odată ce femeia își diminuează eforturile – se întorc cu o mai mare dorință și dragoste.

Destul de des, bărbații se îndepărtează și apoi – odată ce femeia își diminuează eforturile – se întorc cu o mai mare dorință și dragoste.

Această reacție este foarte derutantă pentru o femeie. Când el se întoarce, ea simte că e prea târziu. E incapabilă să reia legătura cu el pentru că e greu să crezi că dragostea pe care el o exprimă brusc e adevărată. E rănită și îi e frică să nu fie rănită din nou; crede că, dacă se întoarce la el, bărbatul își va pierde interesul proaspăt regăsit. Fără a înțelege în ce fel a contribuit ea la problemă, nu poate avea încredere că dragostea lui va fi de durată.

Înţelegerea celor cinci etape îi va da femeii datele necesare pentru a-şi învinge frica de intimitate şi a-şi deschide inima pentru a avea încredere în dragostea lui. Odată ce va înţelege în mod clar care a fost contribuţia ei la crearea problemei, se poate asigura ca aceasta să nu se mai repete.

În loc să se simtă ca o victimă lăsată în voia sentimentelor schimbătoare ale partenerului, ea va fi sigură că are forţa de a obţine ceea ce ar vrea. Poate avea încredere în dragostea partenerului când simte că are puterea să creeze condiţiile adecvate pentru ca dragostea lor să se dezvolte.

În loc să se simtă ca o victimă lăsată în voia sentimentelor schimbătoare ale partenerului ei, femeia poate avea încredere în ea.

Înţelegând în profunzime aceste lucruri, femeia nu trebuie să respingă un bărbat pentru a-i crea spaţiul de care are nevoie ca el să se îndrăgostească de ea. Dacă au înaintat prea repede, ea îşi poate recunoaşte greşeala şi se poate întoarce la etapele precedente. Întorcându-se încet înapoi, poate crea distanţa necesară fără să trebuiască să se despartă de partener sau să îl ameninţe cu despărţirea. Deşi nu e modalitatea ideală, e mai bună decât despărţirile repetate până când ea înţelege că trebuie să lase dragostea să se dezvolte mai încet.

E posibil ca bărbatul să vrea să se căsătorească, iar femeia nu. Aşa cum am văzut deja, el ar trebui să se întoarcă pur şi simplu la cea de-a patra etapă şi să-şi împărtăşească sentimentele în mod intim, dar fără a cere ceva. Dacă acest lucru nu funcţionează, ar trebui să se întoarcă încet la etapele precedente, asigurându-se că nu îşi răneşte partenera. Ţineţi minte că această situaţie este una foarte delicată şi că trebuie tratată cu multă sensibilitate şi atenţie. Indiferent care dintre parteneri este cel care se întoarce la altă etapă, citirea cărţii *Marte şi Venus la întâlnire* sau apelarea la ajutorul unui consilier matrimonial pot uşura cu mult acest proces.

10

BĂRBAŢII SUNT CA NIŞTE TORŢE, FEMEILE CA NIŞTE CUPTOARE

Când locuitorii de pe Marte se apropie de locuitoarele de pe Venus fără să înţeleagă că vin de pe planete diferite, e foarte uşor ca femeile să interpreteze în mod greşit interesul bărbaţilor şi să aibă parte în mod repetat de frustrări şi dezamăgiri. Adesea, bărbaţii pot fi brusc atraşi din punct de vedere fizic de o femeie, pentru ca apoi să-şi piardă la fel de repede interesul. Sunt ca nişte torţe care se pot încinge foarte repede, dar care se sting brusc. Această tendinţă a celor de pe Marte poate fi foarte uşor interpretată greşit pentru că femeile nu sunt ca nişte torţe. Femeile sunt ca nişte cuptoare. Se încălzesc şi se răcesc la fel de greu.

Bărbaţii simt brusc atracţia fizică,
pe când femeile au nevoie de timp.

O femeie presupune că dacă un bărbat e atras din punct de vedere fizic de ea, e interesat să aibă o relaţie. Ea confundă atenţia, interesul şi atracţia cu afecţiunea şi dragostea. Când această „dragoste" nu durează, iar el îşi pierde repede interesul, femeile pot fi cu uşurinţă dezamăgite şi pot începe să-şi piardă încrederea în bărbaţi, deşi nu este cazul. Dacă nu învaţă cât de diferit gândesc şi simt femeile şi bărbaţii, se pot închide faţă de bărbaţi, limitându-şi astfel şansele de a găsi partenerul potrivit. Fără a înţelege acest lucru esenţial, întâlnirile sunt, pentru multe femei, nişte experienţe foarte dezamăgitoare şi descurajante.

Foarte des, femeile confundă interesul unui bărbat
cu intenţia de a avea o relaţie.

În mod sigur, când un bărbat e atent cu o femeie, e posibil ca el să fie interesat de o relaţie cu ea, dar, destul de des, el nu are un atât de mare discernământ. Până la un anumit punct, când e îndrăgostit de o femeie, bărbatului îi place pur şi simplu ceea ce vede şi vrea s-o atingă. Apoi, el se poartă într-un fel pe care majoritatea femeilor îl consideră un semn clar al interesului de a avea o relaţie.

PASIUNEA BĂRBATULUI

Un bărbat poate simţi o dorinţă puternică, pasională de a fi cu o femeie, fără ca măcar să se gândească la ce tip de persoană e aceasta. Apoi, odată ce ajunge s-o cunoască, îşi poate da seama că nici măcar n-o place şi că nu e interesat s-o cunoască mai bine. Totuşi, când o vede, simte o puternică atracţie fizică şi va face aproape orice pentru a avea ocazia să fie cu ea, s-o impresioneze şi s-o facă fericită. Pe măsură ce ajunge s-o cunoască, interesul şi afecţiunea lui pot dispărea rapid.

Acest lucru e cunoscut ca sindromul „dimineţii de după". Azi e frumoasă şi radioasă, a doua zi, la o privire mai atentă, degetele de la picioare sunt prea mari. Odată ce ajunge s-o cunoască, pasiunea dispare, îi găseşte defecte sau îşi dă seama că nu e potrivită pentru el, aşa că trece mai departe. Nici prin gând nu-i trece că ea îşi închipuie că sunt pe punctul de a se căsători. Oricine şi-ar da seama că el e atras doar din punct de vedere fizic, dar locuitoarele de pe Venus ar putea foarte uşor să-i înţeleagă greşit intenţiile şi să creadă că el promite mai mult.

PASIUNEA UNEI FEMEI

E foarte uşor ca puternica atracţie fizică, interesul şi atenţia unui bărbat să fie înţelese greşit de femei, fiindcă ele abordează altfel relaţiile. Femeile sunt la început atrase de un aspect al caracterului bărbatului şi nu numai de corpul lui. Într-o primă fază, sunt interesate să ajungă să cunoască un bărbat, apoi trec la afecţiune, şi în final la dorinţă şi la o puternică atracţie fizică. Cu

cât o femeie se simte mai atrasă din punct de vedere mental şi emoţional de un bărbat, cu atât mai mult va fi atrasă din punct de vedere fizic. Având această experienţă, va fi convinsă că, dacă un bărbat este atras de ea din punct de vedere fizic, trebuie să fie atras şi din punct de vedere mental şi emoţional.

Pentru o femeie, e greu să înţeleagă cum pot fi bărbaţii atât de diferiţi, dar asta e realitatea. Locuitorii de pe Marte sunt atraşi în primul rând de ceea ce văd. Cu cât o femeie e mai atrăgătoare din punct de vedere fizic, cu atât mai puţin trebuie să gândească un bărbat. El se poartă în mod automat ca şi cum ea ar fi cea mai specială femeie din lume, iar ea îl crede. Se bucură pur şi simplu de moment şi simte că e atras. Ceea ce nu ştiu femeile e că a doua zi el ar putea fi cu altă femeie ispititoare şi că ar putea simţi exact acelaşi lucru. Fără a înţelege diferenţele dintre noi, femeile ajung la concluzia că bărbaţii sunt fie înşelători, fie superficiali.

DE CE FEMEILE FOARTE ATRĂGĂTOARE SUNT FOARTE CONTRARIATE

Cu cât o femeie e mai atrăgătoare, cu atât mai mult e contrariată de bărbaţi. Bărbaţii care nu sunt cu adevărat interesaţi de ea o curtează în permanenţă. Deşi poate fi flatată de atenţiile bărbaţilor, după o serie de dezamăgiri, acestea pot fi o sursă de resentimente. Iată câteva dintre frustrările pe care le au în general femeile care devin prea repede intime din punct de vedere sexual:

Jill mi se plângea aşa: „Nu-mi vine să cred cum sunt bărbaţii pe care îi cunosc. La început sunt atât de şarmanţi şi interesaţi, apoi pleacă şi nu mai auzi de ei."

Jane spunea: „Nu pot să am încredere în bărbaţi. Sunt atât de egoişti. Se prefac interesaţi, iar apoi, când obţin ceea ce vor, dispar."

Karen îşi împărtăşeşte sentimentele: „Nici măcar nu-mi mai place să merg la întâlniri. Când un bărbat oferă atât de mult, mă simt obligată să îi dau ceea ce îşi doreşte, iar apoi nu mă aleg cu nimic. Mai degrabă aş prefera să fiu singură şi să nu primesc nimic decât să mă dau şi să nu primesc nimic."

Carolyn se întreba: „Nu ştiu ce fac, dar când un bărbat ajunge să mă cunoască, nu mă mai place. Nu cred că vreun bărbat m-ar putea iubi."

Nancy se întreba: „De ce oare toţi bărbaţii cu care mă întâlnesc sunt nişte nemernici? La început stau lipiţi de tine, dar a doua zi dimineaţa simţi că vor să fugă. L-am sunat a doua zi pe un tip şi m-a întrebat de ce am sunat! Nici nu-mi imaginez că aş putea întreba aşa ceva."

Yvette întreba: „De ce oare îi atrag doar pe bărbaţii care vor un singur lucru? La început sunt toţi drăguţi, apoi, după ce obţin ce vor, nici măcar nu mai sună."

Femeile acestea au dreptul să fie supărate. Au răspuns în mod inocent avansurilor unui bărbat, iar apoi s-au simţit dezamăgite sau trădate. Într-un fel, s-au simţit păcălite de brusca schimbare de interes. Lucrul de care nu-şi dau însă seama e că au contribuit la crearea problemei. În fiecare dintre exemplele de mai sus, femeile au interpretat în mod greşit comportamentul bărbatului şi au presupus, într-un mod la fel de greşit, că se aflau într-o etapă avansată pe scara celor cinci etape.

Pentru a corecta această problemă, o femeie trebuie să înţeleagă ce o face specială în ochii unui bărbat. Astfel, va şti cum să se poarte în fiecare dintre cele cinci etape. Fără a interpreta în mod corect semnalele, va ajunge la concluzia greşită că relaţia e în cea de-a patra etapă, când, de fapt, era tot în prima.

CE FACE CA O FEMEIE SĂ FIE SPECIALĂ

Fiecare femeie are ceva special, dar ceea ce o face şi mai specială în ochii unui bărbat este atracţia pe care el o simte pentru ea. Atracţia nu poate fi creată. Fie există, fie nu. O sământă de măr e o sământă de măr. Nu poate deveni altceva decât un măr. Singurul lucru pe care îl putem face e să ne dăm seama care sunt nevoile lui şi să-i dăm şansa să crească. Prea multă apă poate face ca rădăcinile să putrezească, iar prea puţină îl face să se usuce. Modul în care abordăm o relaţie poate fie să o împiedice, fie s-o ajute să se dezvolte.

Nu putem să creăm atracția, dar putem fie s-o împiedicăm, fie s-o ajutăm să se dezvolte.

O femeie simte pentru prima dată că e specială pentru un bărbat atunci când acesta e atras din punct de vedere fizic de ea. Femeile trebuie să țină minte că nu sunt atât de speciale, din moment ce există o mulțime de femei de care un bărbat se poate simți atras. E un început bun, dar nu înseamnă neapărat ceva mai mult. Pentru el, la acel moment, ea poate fi femeia visurilor. În acest caz, el poate crede şi se poate comporta ca şi cum ar fi îndrăgostit de ea, dar numai în timp se poate spune dacă sentimentul e adevărat, şi asta dacă ea îi dă ocazia s-o cunoască.

O femeie devine mai specială pentru un bărbat atunci când îşi dă seama nu numai că e atras din punct de vedere fizic, dar că o şi place. Sunt multe femei de corpul cărora un bărbat se poate simți atras, dar numai cu câteva dintre ele se poate împrieteni. O femeie devine şi mai specială pentru el atunci când acesta e atras pe plan mental de personalitatea ei. Sunt puține femei de care se poate simți atras pe toate cele trei planuri.

Ea devine chiar mai specială atunci când el o poate vedea ca pe o persoană imperfectă, dar pe care o poate iubi. Chiar în momentele dificile ale relației, când el nu primeşte ce îşi doreşte de la ea, încă poate vedea partea ei bună şi poate simți c-o iubeşte. Acest tip de dragoste necondiționată o face foarte specială. Apoi, din acest grup foarte restrâns şi special, bărbatul o alege pe cea cu care să-şi petreacă viața. Acesta e momentul când o femeie devine foarte specială pentru un bărbat.

CE FACE CA UN BĂRBAT SĂ FIE SPECIAL

Bărbatul ajunge să fie special pentru o femeie într-un cu totul alt mod. La început, ea e atrasă de el pe plan mental. Se uită la unele aspecte ale personalității şi vieții lui şi simte atracția. Acesta este cercul cel mai larg din care îşi alege partenerul. Apoi îşi dă seama că unii bărbați sunt mai speciali. Ea începe să simtă

atracţia pe plan emoţional; începe să ţină la acel bărbat, să îl aprecieze şi ca prieten.

Deşi pot exista mai mulţi bărbaţi de care o femeie să se simtă atrasă pe plan mental, cei de care se simte atrasă şi pe plan emoţional sunt mai puţini. În această etapă, ea îşi poate da seama că se simte atrasă şi din punct de vedere fizic. Acest lucru se poate întâmpla încet sau brusc. Destul de des, se întâmplă când el o sărută. Acest simplu gest de afecţiune îi poate arăta în moc clar că el e mai special. Când un bărbat timid amână momentul sărutului, poate amâna sau o poate chiar împiedica pe parteneră să simtă atracţia fizică.

Câteodată, sărutul e cel care trezeşte în inima unei femei sentimentul de atracţie fizică.

Multe dintre ritualurile tradiţionale urmate la întâlniri sunt doar ocazii pentru ca femeia să-şi dea seama de sentimentele ei pentru acel bărbat. Când un bărbat face mici gesturi ca deschiderea uşii de la maşină, complimente, invitaţii în oraş, plănuirea întâlnirilor şi chiar sărutul de noapte bună, ea poate experimenta treptat diferitele niveluri ale atracţiei.

CÂND FEMEILE SUNT ATRASE DE BĂRBAŢI NEPOTRIVIŢI

Câteodată, când întâlneşte un bărbat, femeia poate simţi toate cele patru tipuri de atracţie. Simte mai ales o irezistibilă atracţie fizică. E un semn sigur că e atrasă de o iluzie şi nu de bărbat în sine. Când se întâmplă acest lucru, femeia trebuie să înveţe să aibă mai mult discernământ. Dacă simte o atracţie fizică puternică, nu trebuie să presupună imediat că bărbatul e cel potrivit pentru ea. Deşi e posibil ca el să fie alesul pentru că a fost atrasă imediat de el, acesta e un semn că încă nu îl cunoaşte. E atrasă de o iluzie.

Dacă o femeie a fost atrasă de bărbaţi nepotriviţi în mod repetat, atunci când intră într-o încăpere cu treizeci de bărbaţi şi e atrasă în mod violent de unul dintre ei, ar trebui să fugă cât poate

de tare. Dacă alege să se implice într-o relaţie cu el, ar trebui să fie foarte atentă să-l cunoască înainte să devină intimi.

Dacă o femeie a fost atrasă de bărbaţi nepotriviţi în mod repetat, atunci când intră într-o încăpere cu treizeci de bărbaţi şi e atrasă în mod violent de unul dintre ei, ar trebui să fugă cât poate de tare.

Acest fenomen ajută la explicarea faptului că psihologii aud foarte des următorul comentariu venind din partea femeilor singure: „De fiecare dată când sunt atrasă în mod violent de un bărbat, se dovedeşte că nu e cel potrivit. De ce aleg mereu bărbaţi nepotriviţi?"

Aceste femei ar proceda foarte bine dacă ar face un experiment încercând o relaţie cu un bărbat de care nu sunt atrase la prima vedere, pentru a vedea dacă pasiunea creşte în timp. Katherine, o femeie de afaceri de patruzeci şi şase de ani, celibatară, a fost uimită să afle asta. Toată viaţa ei îi respinsese pe bărbaţii care nu o atrăgeau de la prima vedere. Mulţi bărbaţi au abordat-o, dar dacă nu se simţea atrasă de ei, n-o interesau. Înţelegerea acestui lucru a ajutat-o să-şi dea seama de ce nu şi-a găsit sufletul pereche.

CÂND FEMEILE ÎŞI DESCHID INIMA

După ce o femeie începe să simtă toate cele trei tipuri de atracţie – mentală, emoţională şi apoi fizică – inima ei începe să se deschidă. Ea poate să simtă acum cât de mult îl iubeşte pe acest bărbat. Pe măsură ce trec prin cea de-a patra etapă a întâlnirilor, intimitatea, iar ea continuă să îl iubească necondiţionat, el devine şi mai special. Toate cele patru niveluri ale atracţiei cresc în paralel, până când inima i se deschide complet, iar ea îşi dă seama că el este bărbatul potrivit.

Bărbaţii nu ar trebui descurajaţi dacă partenera lor nu e imediat interesată din punct de vedere fizic. Ei trebuie să ţină minte că o femeie e ca un cuptor care se încălzeşte încet. Dacă la început ea vrea ca relaţia să se rezume la prietenie, nu înseamnă că el nu are nici o şansă. Destul de des, femeile care şi-au găsit sufletul pereche

spun că la început nu erau decât prieteni, iar dragostea a venit mai târziu. Soţii lor subliniază faptul că, din punctul lor de vedere, a existat mereu un potenţial pentru atracţia fizică.

BĂRBAŢII SIMT MAI ÎNTÂI ATRACŢIA FIZICĂ

Când un bărbat îşi întâlneşte sufletul pereche, totul porneşte aproape mereu de la atracţia fizică. Când aceasta nu există, e posibil ca el să nu înţeleagă importanţa standardelor. El îşi urmează instinctul şi nu învaţă să aibă mai mult discernământ în ceea ce priveşte femeile pe care le alege. Bărbaţii îşi pierd pentru o vreme capacitatea de a se simţi atraşi din punct de vedere fizic de o femeie care se poate să fie sufletul lor pereche atunci când aleg în mod conştient să curteze alte femei despre care ştiu în mod clar că nu sunt genul lor.

Cu cât un bărbat curtează mai mult femei pe care nu le poate iubi, cu atât mai puţin e capabil să se simtă atras din punct de vedere fizic de o femeie pe care o poate iubi. Învăţând din experienţă să facă diferenţa între femeile de care e atras, bărbaţii sunt pe cale să găsească persoana potrivită.

Cu cât un bărbat curtează mai mult femei pe care nu le poate iubi, cu atât mai puţin e capabil să se simtă atras din punct de vedere fizic de o femeie pe care o poate iubi.

Cu cât avem mai mult discernământ în privinţa persoanelor cu care am vrea să avem o relaţie, cu atât mai mult ne apropiem de găsirea sufletului pereche. Deşi unii oameni reuşesc de la primele încercări, cei mai mulţi dintre noi se corectează şi învaţă din fiecare greşeală. Corectându-ne în mod repetat, găsim, într-un final, persoana potrivită. Acest proces, de-a lungul căruia capacitatea noastră de a discerne creşte, are câteva etape previzibile. Înţelegând cele patru niveluri ale capacităţii de a discerne, ne putem da seama cât de aproape suntem să ne găsim sufletul pereche. Haideţi să descoperim în detaliu aceste niveluri, mai întâi în cazul bărbaţilor şi apoi în cazul femeilor.

PRIMUL NIVEL AL DISCERNĂMÂNTULUI BĂRBAŢILOR: ATRACŢIA FIZICĂ

La primul nivel, e destul de normal şi natural ca un bărbat să fie atras din punct de vedere fizic de mai multe femei. El e atras cu precădere de felul în care arată o femeie: mersul ei, corpul ei, părul, zâmbetul, ochii, înălţimea, picioarele, fundul, sânii şi imaginea de ansamblu a corpului. Bărbaţii tind să aprecieze mai ales una sau două caracteristici. De exemplu, unii bărbaţi pot fi atraşi de picioarele femeilor, în timp ce alţii insistă ca ele să aibă părul blond.

Această atracţie fizică este primul şi cel mai de jos nivel al discernământului bărbaţilor. În general, tinerii încep de la acest nivel. Chiar şi un bărbat mai matur poate reveni la acest nivel în perioada de refacere după o relaţie. Dacă ţi-e foame, nu eşti năzuros.

Din moment ce atracţia fizică nu depinde de un raţionament logic, nivelul de jos al discernământului bărbatului e influenţat în mare măsură de ceea ce vede la televizor, în filme şi în reviste. Suntem bombardaţi cu imaginea unui anume tip de femeie, care pare mereu receptivă, sensibilă şi sigură pe ea în ceea ce priveşte sexualitatea. Suntem hipnotizaţi pentru a vrea doar un anumit tip de femeie. Această atracţie nu are nimic de-a face cu faptul că o femeie e sau nu e sufletul nostru pereche. Un bărbat tânăr şi fără discernământ se poate simţi atras din punct de vedere fizic şi de un manechin fără haine din vitrina unui magazin.

În principiu, numai un anumit tip de corp feminin e promovat ca fiind foarte atrăgător pentru bărbaţi. În consecinţă, bărbaţii asociază un anumit tip de corp feminin cu o receptivitate sexuală şi sunt atraşi în mod automat de acest tip. Şi femeile tind să considere acest tip de corp feminin ca cel mai frumos şi cel mai demn de iubire pentru că acesta e cel care îi atrage pe bărbaţi, femeile confundând acest sentiment cu afecţiunea.

Pe măsură ce bărbaţii se maturizează şi trec prin primele trei etape ale relaţiei, capacitatea lor de discernământ creşte în mod automat şi descoperă că sunt atraşi şi de femei care nu arată ca tipele seducătoare de la televizor, din filme şi din reviste. Când

un bărbat îşi găseşte sufletul perechc, e foarte rar tipul de femeie de care el e atras la nivelul cel mai de jos al discernământului.

În timp ce atracţia fizică e baza pe care se fondează decizia unui bărbat, acest tip de atracţie nu depinde de un raţionament logic. O femeie trebuie să ţină minte că un bărbat se poate simţi atras din punct de vedere fizic de o femeie chiar dacă nu ştie nimic despre ea în afară de felul în care arată. Atracţia lui nu are nimic de-a face cu felul de a fi al femeii şi nici nu reflectă deschiderea sau dorinţa de a o cunoaşte sau de a avea o relaţie cu ea. El vrea doar să vadă, să atingă şi să simtă mai mult.

CEL DE-AL DOILEA NIVEL AL DISCERNĂMÂNTULUI BĂRBAŢILOR: ATRACŢIA PE PLAN EMOŢIONAL

După câteva întâlniri cu femei de care se simte atras, bărbatul începe să-şi dea seama că pe unele le place mai mult decât pe altele. E un pas foarte important. Aşa cum e capabil să simtă atracţia fizică, el va începe să simtă şi atracţia de pe plan emoţional. Când e lângă o femeie, el nu va simţi doar atracţia fizică, ci şi cât de mult o place.

La primul nivel, atracţia fizică, el poate *crede* că o place pentru că îi place cum îl face ea să se simtă, dar la cel de-al doilea nivel, atracţia de la nivel emoţional, el îşi dă seama dacă îi place cu adevărat de ea şi nu doar de felul cum îl face să se simtă. Când un bărbat simte alchimia emoţională, e prietenos şi tandru cu partenera lui şi din alte motive decât atracţia fizică; vrea să fie aproape de ea pentru că îi place şi de ea în sine.

Alchimia emoţională e determinată în mod semnificativ de personalitatea partenerilor. Personalitatea determină felul în care relaţionezi cu oamenii şi cu mediul înconjurător. Destul de des, principiul contrariilor care se atrag e valabil şi în cazul personalităţii. Unii bărbaţi apreciază femeile efervescente, mereu bine-dispuse, alţii pe cele echilibrate, relaxate. Variantele sunt infinite. Putem fi atraşi de cineva care ne seamănă, dar în general suntem atraşi de oameni care *nu* ne seamănă.

De exemplu, o femeie echilibrată, prinsă într-o anumită rutină, poate fi atrasă de o persoană căreia îi plac noul şi senzaţiile tari. O persoană îndrăzneaţă şi deschisă poate fi atrasă de o persoană timidă şi închisă în sine. O persoană sigură pe sine poate fi atrasă de o personalitate mai înţelegătoare şi mai caldă. O persoană sociabilă poate fi atrasă de o personalitate mai formală. O personalitate jucăuşă poate fi atrasă de o persoană mai serioasă. Nici o personalitate nu e intrinsec mai atrăgătoare decât celelalte, dar, pe măsură ce capacitatea de a discerne evoluează, descoperim că suntem atraşi în mod automat de cei pe care îi plăcem mai mult şi cu care am putea fi prieteni.

CEL DE-AL TREILEA NIVEL AL DISCERNĂMÂNTULUI BĂRBAŢILOR: ATRACŢIA PE PLAN MENTAL

Exersându-şi capacitatea de a discerne şi alegând să se întâlnească numai cu femei de care e atras atât din punct de vedere fizic, cât şi emoţional, bărbatul începe să fie atras şi pe plan mental. E intrigat de o femeie şi vrea să-i simtă nu doar corpul, ci şi personalitatea. Nu e atras doar de corpul ei şi vrea mai mult decât să fie doar prieteni. La cel de-al treilea nivel, el e atras şi de caracterul ei. E fascinat de felul în care gândeşte, simte şi se poartă.

La acest nivel, atracţia pe care el o simte pentru unul dintre aspectele caracterului ei scoate la iveală ce are el mai bun. Poate fi orice aspect al caracterului ei: bunătatea, tăria şi forţa; înţelepciunea, claritatea viziunii şi generozitatea; onestitatea, deschiderea şi corectitudinea; răbdarea, curajul şi perseverenţa; independenţa, competenţa şi graţia; compasiunea, dragostea şi spiritualitatea. Nu există nici o calitate specială şi nici o combinaţie de calităţi care să facă o femeie atrăgătoare pentru toţi bărbaţii.

Unii bărbaţi vor fi atraşi de caractere mai mature, alţii de cele mai imature. O femeie poate fi atrăgătoare prin inteligenţa ei vastă, ajunsă la maturitate, sau prin dorinţa tinerească şi inocentă de a şti mai multe. Generozitatea ei fără margini o poate face atrăgătoare, la fel cum poate fi vorba şi de dorinţa de a avea mai mult pentru a putea oferi mai mult. Gradul de dezvoltare al

diferitelor aspecte ale caracterului nu influenţează atractivitatea ei în faţa bărbaţilor. Mai mult sau mai puţin nu înseamnă în mod necesar mai bine. Ea devine foarte atrăgătoare când e ea însăşi şi când există atracţie pe plan mental.

La cel de-al treilea nivel, bărbatul începe să simtă că i se par interesante o mulţime de femei, dar numai câteva sunt extraordinare. Numai câteva au trăsăturile de caracter de care se simte cel mai atras. Cel mai bun mod de a-şi dezvolta discernământul e să ajungă să cunoască şi să se implice în relaţii numai cu acest tip de femei. A te simţi atras doar din punct de vedere fizic şi a avea o relaţie de prietenie nu mai sunt cerinţe primordiale. Acum partenera trebuie să fie şi foarte interesantă în ochii lui.

CEL DE-AL PATRULEA NIVEL AL DISCERNĂMÂNTULUI BĂRBAŢILOR: ATRACŢIA PE PLAN SPIRITUAL

Continuând să se bazeze pe capacitatea lui de discernământ, alegând să se întâlnească numai cu femei care îl atrag la toate cele trei niveluri – fizic, emoţional şi mental – bărbatul începe să-şi dea seama de capacitatea lui de a simţi o alchimie spirituală. Când atinge cel de-al patrulea nivel, inima i se deschide. La fel cum la primul nivel el găseşte multe femei atrăgătoare din punct de vedere fizic, la cel de-al patrulea nivel, găseşte multe femei pe care să le poată iubi.

El se poate îndrăgosti la diverse grade de oricare dintre aceste femei, dar numai una e sufletul lui pereche. Inima îi spune că această persoană, deşi imperfectă, e perfectă pentru el. Inima îi dă posibilitatea să vadă ce are mai bun partenera şi îl motivează s-o sprijine. Pe măsură ce dragostea lui creşte, el îşi poate da seama dacă ea e sau nu e persoana potrivită pentru el. Această decizie nu are la bază o serie de criterii. Nu creierul e cel care ia decizia, ci inima.

Alchimia spirituală nu se bazează pe o listă de caracteristici şi calităţi speciale pe care le bifezi. În schimb, ea se bazează pe recunoaşterea faptului că ai ceea ce partenerul tău are nevoie

pentru a se dezvolta pe plan spiritual, iar partenerul tău are ceea ce ai tu nevoie. Această alchimie constă în recunoaşterea faptului că partenerul tău e cel alături de care dragostea ta va creşte, cel căruia îi vei împărtăşi sentimentele şi cel alături de care vei învăţa lecţiile vieţii. Acest lucru poate fi spus şi aşa: „Nu ştiu de ce, dar suntem făcuţi să fim împreună. În momentele de mare claritate şi pline de tandreţe, ştiu că e adevărat."

Pentru a simţi o legătură spirituală cu cineva, inimile trebuie să ne fie deschide. A te îndrăgosti de cineva înseamnă a simţi că acea persoană poate fi alesul sau aleasa ta. Nu înseamnă neapărat că el sau ea sunt persoana potrivită, ci că ar putea fi. În acel moment, depinde de noi dacă trecem sau nu prin cele cinci etape ale relaţiei, până când devine clar că e sau nu e cea potrivită.

PRIMUL NIVEL AL DISCERNĂMÂNTULUI FEMEILOR: ATRACŢIA PE PLAN MENTAL

Şi femeile trec prin aceste etape, dar, aşa cum am văzut deja, o fac în sens invers. Femeile sunt atrase de bărbaţi mai întâi pe plan mental. Ele îşi imaginează cum e acel bărbat, iar câteodată sunt atrase de ceva din caracterul lui. Poate fi simplul gest de a spuse: „Scuză-mă" sau felul în care zâmbeşte cu subînţeles sau le invită timid la o întâlnire. Poate fi felul în care cântă un cântec, scrie o scrisoare, îşi exprimă ideile, felul în care îşi plimbă câinele, ţine în braţe un copil, îşi arată grija pentru ceilalţi sau îşi susţine ideile în care crede. Poate fi vorba de tipul de întrebări pe care le pune, de succesul pe care l-a obţinut sau de valorile după care se ghidează în viaţă. Toate aceste lucruri sunt pur şi simplu moduri în care bărbatul îşi arată caracterul. Unul sau două aspecte dintre acestea îşi găsesc ecou în ea.

La primul nivel al discernământului, ea e atrasă de bărbaţi în baza atracţiei pe plan mental. Sunt o mulţime de bărbaţi interesanţi, dar pentru a începe să-şi îmbunătăţească abilitatea de a alege partenerul potrivit, ea trebuie să se întâlnească numai cu acei bărbaţi pe care îi consideră foarte interesanţi. Aşa cum bărbaţii cu un nivel scăzut al discernământului îşi doresc să fie cu

femeile pe care le văd în reviste, femeile cu un nivel scăzut al discernământului îşi doresc să fie cu personajele masculine din romanele de dragoste. La fel ca în cazul bărbaţilor, nivelul scăzut al discernământului e ceva inocent, dar şi fundaţia pe care se va dezvolta dragostea.

CEL DE-AL DOILEA NIVEL AL DISCERNĂMÂNTULUI FEMEILOR: ATRACŢIA PE PLAN EMOŢIONAL

După primele experienţe de la întâlniri, femeile încep să-şi dea seama că îi preferă mai mult pe unii bărbaţi decât pe ceilalţi. Cu această idee în minte, capacitatea unei femei de a alege cu ce bărbaţi să se întâlnească se poate îmbunătăţi. La primul nivel, ea se poate întâlni cu un bărbat pentru că nu ştie sigur dacă îi plac cei de genul lui, dar el părea interesant şi interesat de ea. Acum ea are standarde mai ridicate. Când simte că nu-i place foarte mult un bărbat, alege să nu se întâlnească cu el. În final, pe măsură ce capacitatea ei de a discerne creşte, ea se va simţi în mod automat atrasă de bărbaţii pe care îi place şi, chiar fără să cunoască un bărbat, poate spune dinainte dacă nu e genul ei şi nu va ieşi în oraş cu el. Nu numai că va fi atrasă de bărbaţii potriviţi, dar şi aceştia vor fi mai atraşi de ea.

La acest nivel, femeile sunt atrase de personalitatea unui bărbat. În general, ele sunt deschise să testeze toate tipurile de bărbaţi, indiferent de personalitate. Prin încercări repetate, ajung să descopere în final ce tip de personalitate trebuie să aibă partenerul lor pentru a fi compatibili şi pentru ca ele să se simtă bine în pielea lor. Până la un anumit grad, cu cât am învăţat mai bine să ne exprimăm în mod liber felul de a fi, cu atât mai repede vom trece prin nivelurile de discernământ.

Unele femei sunt foarte atrase de bărbaţii foarte timizi, altora le plac bărbaţii insistenţi, care fac primul pas. O parte din femei îi apreciază pe bărbaţii tăcuţi, în timp ce altora le plac cei vorbăreţi sau cei amuzanţi. Unele sunt atrase de bărbaţii foarte organizaţi şi hotărâţi, în timp ce altele sunt atrase de bărbaţi foarte spontani. Nu există un tip prestabilit de comportament care să-l facă pe un

bărbat atrăgător în ochii tuturor femeilor. Prin experienţa acumulată la întâlniri, femeile vor putea, în final, să aleagă tipul de bărbat pe care îl vor şi să nu se implice într-o relaţie cu cei pe care nu-i plac atât de mult.

CEL DE-AL TREILEA NIVEL AL DISCERNĂMÂNTULUI FEMEILOR: ATRACŢIA FIZICĂ

Exersându-şi capacitatea de decizie şi alegând să se întâlnească numai cu bărbaţi de care se simt atrase atât din punct de vedere mental, cât şi emoţional, femeile încep să simtă atracţia fizică pentru partenerul lor. Nu vor să fie atinse doar în plan mental sau emoţional, ci şi fizic. La acest nivel, când sunt ţinute de mână, de mijloc sau sărutate, atracţia fizică se simte din plin. La fel cum, la primul nivel, bărbaţii vor să atingă, la nivelul trei femeile vor să fie atinse.

La acest nivel, când femeia e deja atrasă pe plan mental şi emoţional, începe să simtă atracţia fizică. Numai câţiva bărbaţi le pot atrage pe toate cele trei planuri în acest moment. Femeilor li se pot părea atrăgători mai mulţi bărbaţi, dar numai câţiva le pot stimula şi pe plan mental şi emoţional. Păstrând acest standard în relaţiile pe care le au, puterea lor de discernământ poate creşte.

CEL DE-AL PATRULEA NIVEL AL DISCERNĂMÂNTULUI FEMEILOR: ALCHIMIA SPIRITUALĂ

Rezultatul creşterii puterii de discernământ constă în dezvoltarea capacităţii femeilor de a simţi alchimia spirituală. Ele se pot îndrăgosti de bărbaţi care le-au stimulat la toate cele patru niveluri ale atracţiei. Ele ajung la cea de-a patra etapă, alchimia spirituală, cu inima deschisă. Vor începe să considere mulţi bărbaţi ca fiind drăguţi, dar nu neapărat ca cel potrivit pentru ele.

O femeie îi poate iubi în diverse grade pe aceşti bărbaţi, dar treptat va învăţa să recunoască care dintre aceştia e sufletul ei pereche. Având inima deschisă, va vedea în final părţile bune ale

partenerului ei, deşi el nu e nici perfect, nici capabil să-i satisfacă toate dorinţele.

Pe măsură ce dragostea ei creşte, va putea spune dacă acesta e sau nu potrivit pentru ea, nu datorită capacităţii lui de a fi partenerul perfect, ci pentru că simte iubirea necondiţionată din suflet spunându-i: „El e cel cu care mi-e destinat să fiu." Această constatare nu e o concluzie la care să fi ajuns pe baza comparaţiei dintre situaţia actuală şi modul în care ar putea ea evolua. Inima ei a ajuns pur şi simplu la ea.

Deşi cuplul va trece prin aceleaşi provocări prin care trec oricare doi oameni care nu se înţeleg unul pe celălalt, există o legătură profundă la care ei se reîntorc şi care îi ajută să treacă peste conflictele, frustrările şi dezamăgirile inevitabile.

BENEFICIILE STABILIRII UNOR STANDARDE

Având discernământ şi continuând să ne ridicăm standardele, ne asigurăm că nu facem compromisuri şi că nu ne mulţumim cu mai puţin când suntem pregătiţi pentru mai mult. Alegând să te întâlneşti cu cineva din motive ce nu sunt în concordanţă cu nivelul tău de maturitate, îţi vei sabota şansa de a trece prin cele cinci etape ale relaţiei. E posibil ca un bărbat matur să nu găsească vreodată dragostea adevărată şi de durată dacă continuă să se întâlnească cu orice femeie care pare atrăgătoare, prietenoasă sau receptivă pe plan sexual. În mod similar, o femeie matură va continua să fie dezamăgită dacă se va întâlni cu orice bărbat care pare atras de înfăţişarea ei, dar nu şi de mintea ei.

A alege să te întâlneşti cu cineva despre care ştii deja că nu e potrivit pentru tine e ca şi cum ai trage la ţintă şi ai rata în mod intenţionat. Nu numai că vom rata ţinta, dar poate fi şi derutant pentru instinctele noastre. Până când acest tipar nu e corectat, vom fi în continuare atraşi de persoane nepotrivite. Când coborâm ştacheta, vom fi atrăgători pentru persoane potrivite şi vom fi atraşi de acestea.

Când alegem să curtăm o persoană în privinţa căreia suntem siguri că nu e potrivită pentru noi, ne pierdem elanul. E ca şi cum ţi-ai investi toate economiile în ceva despre care nu eşti sigur. Nu ai

gândi niciodată aşa: „Mmm, investiţia asta sigur nu e cea mai bună pe care o pot face. O să-mi investesc toţi banii în ea." Ar fi un gest prostesc. Ar fi mult mai bine să-ţi ţii banii într-un cont de economii.

În mod similar, e mult mai bine să nu te întâlneşti cu persoane care nu se ridică la standardele tale. Dacă eşti la cel mai de jos nivel al discernământului, orice întâlnire te va ajuta să-ţi dezvolţi puterea de discernământ. Odată ce ţi-ai dezvoltat-o, începi să pierzi dacă te întorci de unde ai plecat. Pentru un timp, capacitatea ta de a recunoaşte persoana potrivită şi capacitatea magnetică de a fi atrăgător în ochii persoanei potrivite vor scădea.

POVEŞTI CU FINAL FERICIT

După ce a învăţat asta, în viaţa lui Roger a avut loc o schimbare importantă. Se întâlnise cu orice femeie de care se simţise atras doar pentru a se distra. Ştia că femeile cu care se întâlnea nu aveau potenţialul de a fi ceea ce căuta el, dar mergea înainte fără să ţină cont de asta. Având în minte această idee nouă, şi-a ridicat standardele. După câteva luni a început să se întâlnească cu o femeie despre care credea că are potenţial. După alte şase luni, a cerut-o în căsătorie. Cei doi sunt căsătoriţi de mai mulţi ani şi trăiesc foarte fericiţi, cu cei doi copii ai lor.

Kent are o poveste asemănătoare, dar a avut parte de o transformare chiar mai bruscă. După mai multe şedinţe de consiliere, am reuşit în sfârşit să îl conving că îşi pierdea timpul şi îşi irosea viaţa alergând după femei doar pentru sex. Ar fi ieşit în oraş cu aproape orice femeie şi ar fi curtat-o până şi-ar fi atins scopul. Kent era şi e în continuare o persoană de calitate. Pur şi simplu nu înţelegea cum făcea compromisuri în acest proces. A doua zi după ce s-a decis să înceteze să mai flirteze şi să mai curteze orice femeie, a întâlnit şi s-a îndrăgostit de femeia visurilor lui. Acum sunt logodiţi şi se pregătesc să se căsătorească.

După ce a venit la seminarul meu pentru celibatari, Alexis s-a decis să nu mai aibă relaţii cu bărbaţi care erau atraşi doar din punct de vedere fizic de ea. În schimb, a devenit mult mai pretenţioasă. Şi-a dat seama că tiparul ei comportamental implica

trecerea imediată la cea de-a patra etapă a relației (intimitatea), când un bărbat era atras fizic de ea. În mod greșit, presupunea că el se simțea atras de ea la toate cele patru nivele și, în consecință, se purta cu el ca și cum urmau să se căsătorească.

La o lună după ce și-a dat seama de lucrul acesta, l-a întâlnit pe Gus, care a devenit soțul ei. Deși s-a îndrăgostit imediat, a încetinit lucrurile, nu s-a grăbit. A fost atentă să treacă prin fiecare dintre cele cinci etape, iar acum are un mariaj fericit. E recunoscătoare pentru această idee, iar acum continuă s-o împărtășească și altora ținând seminarii Marte/Venus pentru celibatari.

FIECARE RELAȚIE E UN DAR

Fiecare relație e un dar. Ne oferă ocazia să ne pregătim pentru a găsi și a recunoaște sufletul pereche. De fiecare dată când alegeți să treceți prin cele cinci etape ale relației, puterea de discernământ în ceea ce privește persoana potrivită crește. Cu fiecare relație, capacitatea de a vă apropia de țintă crește. Când se termină o relație, e bine să vă opriți pentru un timp pentru a vă gândi la acest dar și apoi să începeți din nou. Când te simți recunoscător pentru ceva, ești gata să treci mai departe.

Chiar și un divorț poate crește capacitatea de a discerne. Dacă ne acordăm timp pentru a ne ierta partenerul și pentru a ne ierta pe noi înșine pentru greșelile noastre, atunci următoarea relație ne va apropia și mai mult de țintă. Găsind darul sau binele din fiecare relație, într-un final ne vom duce la îndeplinire visele.

Cynthia a fost căsătorită de patru ori înainte de a-și găsi sufletul pereche. De fiecare dată crezuse că l-a găsit. Vroia atât de mult să-și găsească sufletul pereche încât de fiecare dată când se îndrăgostea, credea că l-a găsit. Într-un final, a învățat că dragostea nu e de ajuns și că înainte de a presupune că un bărbat e sufletul pereche, trebuie să lase să treacă mai mult timp pentru a ajunge să-l cunoască. În sfârșit, s-a căsătorit cu sufletul ei pereche și e foarte fericită.

De fiecare dată când alegi să treci prin cele cinci etape ale relației, îți îmbunătățești capacitatea de a atrage persoana potri-

vită. Străduindu-te să faci o relaţie să meargă în fiecare dintre cele cinci etape şi punând capăt relaţiilor fără resentimente sau vinovăţie, te îndrepţi spre o relaţie extraordinară. Fiecare dintre aceste alegeri îţi va creşte puterea de discernământ.

CUM VĂ DAŢI SEAMA DE POTENŢIALUL UNEI RELAŢII

Înţelegerea exactă a modurilor diferite în care gândesc şi simt femeile şi bărbaţii nu garantează faptul că o relaţie va trece prin toate cele cinci etape, dar ne permite să evaluăm corect relaţia. De prea multe ori, respingem un partener nu pentru că ar fi nepotrivit, ci pentru că suntem de părere că e ceva în neregulă cu acea persoană. Punând capăt unei relaţii cu o atitudine mai iubitoare şi fără a judeca prea dur lucrurile, vom continua să fim atraşi de persoane mai apropiate de partenerul pe care ni-l dorim. Înţelegând acest lucru, observăm că devenim mai puţin cusurgii şi mai deschişi să vedem potenţialul unei relaţii.

Respingem un partener nu pentru că ar fi nepotrivit,
ci pentru că suntem de părere – în mod greşit – că e ceva
în neregulă cu acea persoană.

Chiar şi cu o înţelegere mai exactă a diferenţelor dintre noi, fără să ne dăm seama, sabotăm atracţia dintre parteneri schimbând rolurile. Pentru ca dragostea şi atracţia să crească, e vital ca bărbatul să-şi păstreze rolul de a curta, iar femeia pe cel de a fi curtată. Când un bărbat simte că are succes în rolul său de curtenitor, iar femeia simte că el ar putea fi alesul, pasiunea şi atracţia potenţiale au şansa de a evolua în mod natural. Vom prezenta mai detaliat aceste roluri în Capitolul 11.

11

DINAMICA DORINŢEI FEMEILOR ŞI BĂRBAŢILOR

Femeile urmează în mod greşit sfatul conform căruia dacă vrei ca un bărbat să fie interesat de tine trebuie să te arăţi şi tu interesată de el. Sfatul acesta are efect în cazul bărbaţilor care vor să capteze interesul unei femei, dar nu funcţionează şi invers. Când o femeie e cu adevărat interesată de un bărbat, el tinde să fie mai interesat de el însuşi. Dacă ea îl ascultă cu atenţie, în general el va vorbi mai mult. Dacă ea încearcă să-i împlinească toate dorinţele, el îi va spune bucuros ce altceva ar mai putea face.

Nu e un caz fără speranţă. E doar un locuitor al planetei Marte. Preocupările lui sunt pur şi simplu diferite de cele ale femeilor. Nici una dintre cele două abordări nu e mai bună decât cealaltă. Femeile se simt împlinite când dorinţele le sunt satisfăcute, în timp ce bărbaţii se simt împliniţi când reuşesc să-şi facă partenera să se simtă împlinită. Înţelegerea acestei deosebiri fundamentale poate oferi răspunsul la multe întrebări care apar de-a lungul întâlnirilor.

Bărbatul e ca un spirit magic. Iese din lampa lui fermecată având şansa de a îndeplini toate dorinţele femeii. Totuşi, intră înapoi în lampă când înţelege că nu poate reuşi s-o facă fericită. În mod instinctiv, lucrul care îl interesează cel mai mult este reuşita lui. În relaţia cu o femeie, tot ce o face fericită pe ea, îl face fericit şi pe el.

Dacă simte că scopul ei e de a-l mulţumi pe el, bărbatul se va concentra tot pe felul în care îl poate mulţumi. El se va concentra în mod automat pe dorinţele lui şi îi va da de înţeles în mod clar acest lucru. Îi va oferi nenumărate ocazii de a-i îndeplini visele, dorinţele şi nevoile. Dacă ea vrea să-i facă lui curte, el va fi bucuros să stea cu mâinile în sân şi să primească ceea ce vrea ea să-i ofere.

Dacă un bărbat simte că scopul partenerei e de a-l mulţumi pe el, acesta se va concentra tot pe felul în care îl poate mulţumi ea.

Iar acest lucru nu este tocmai cel care s-o facă fericită. Când el simte că ea nu e fericită, nu mai e la fel de interesat de ea, iar atracţia scade. Făcând câteva modificări în abordarea pe care o au faţă de întâlniri, femeile le pot da bărbaţilor ocazia ideală de a deveni mai interesaţi de ele. Chiar şi bărbatul potrivit îşi va pierde interesul pentru partenera lui dacă nu i se dă ocazia să devină interesat. El poate rămâne interesat, dar interesul lui e lipsit de entuziasm. Va continua să se uite după alte femei chiar şi când e cu partenera lui. Reacţia lui are un motiv. Nu are nici o legătură cu bărbatul sau cu cât de interesantă e de fapt femeia, ci cu felul în care ea răspunde la interesul pe care îl manifestă bărbatul.

INTERESUL ACTIV ŞI RECEPTIV

În principiu, există două tipuri principale de interes: activ şi receptiv. Interesul activ este cel pe care îl simţim când urmărim un scop: el ne motivează să acţionăm pentru a ne atinge scopul, creşte odată cu reuşitele noastre şi are la bază dorinţa şi încrederea. Interesul activ implică dorinţa de a servi, pe când cel receptiv o implică pe aceea de a fi servit. Interesul receptiv este cel pe care îl simţim când evaluăm în mod deschis valoarea lucrurilor care ni se oferă: ne motivează să creăm ocazii de a primi, se hrăneşte cu sprijinul primit şi are la bază preferinţele şi meritul.

Aceste două tipuri de interes au efect reciproc. Când un bărbat se arată în mod activ interesat de o femeie, interesul acesta activ va genera sentimente de interes receptiv în mintea partenerei sale. Dacă o femeie e interesată în mod receptiv de un bărbat, acest lucru va genera un interes activ din partea lui pentru ea.

Interesul receptiv al unei femei va genera un interes activ îndreptat spre ea.

Haideţi să vedem un exemplu simplu. Un bărbat îi cere numărul de telefon unei femei. El are un scop în minte, iar interesul lui este, deci, unul activ. În mod normal, reacţia femeii este de a se gândi la cererea lui. Interesul ei este receptiv; ea nu are nici un scop în minte, nici un plan secret, ci se gândeşte dacă ar vrea să vorbească mai mult cu acest bărbat. Observă ce reacţii are vizavi de gestul lui, iar apoi se decide dacă să-i dea sau nu numărul.

Încrederea de sine a bărbatului, cea care îi dă curajul să rişte să fie respins atunci când cere numărul de telefon unei femei, generează în mintea acesteia sentimentul reconfortant că e dorită. Când ea se gândeşte la cererea lui şi îi dă numărul, încrederea de sine a bărbatului creşte. Aşa cum interesul lui activ a făcut-o să se simtă specială, interesul ei receptiv face ca încrederea lui să sporească.

O femeie se simte specială atunci când un bărbat îşi asumă riscul de a fi respins pentru a o cunoaşte mai bine.

Unele femei devin interesate de un bărbat pentru simplul motiv că el a fost destul de interesat pentru a le cere numărul de telefon. Din nou, interesul lui activ generează un interes receptiv din partea acestora. Deşi multe femei se simt libere să dea numărul de telefon unui bărbat, ele apreciază cu mult mai mult gestul lor de a li-l cere. În esenţă, aceste femei spun că interesul activ al unui bărbat le face inima să crească.

În mod asemănător, când o femeie îşi arată interesul receptiv faţă de un bărbat, şi lui îi creşte inima. Când ea reacţionează la avansurile lui, el se simte mai legat de ea. Când un bărbat se simte mai legat, e în mod automat mai interesat şi mai motivat s-o cunoască. Interesul receptiv arătat de o femeie e terenul fertil în care pot încolţi seminţele interesului unui bărbat.

Când o femeie reacţionează la avansurile unui bărbat, acesta se simte mai legat de ea.

Ideea aceasta privind cele două tipuri de interes e una esenţială, căci îi explică femeii ce o face mai interesantă în ochii unui bărbat şi îi dezvăluie bărbatului principiul de bază pentru a face ca o femeie să se îndrăgostească de el.

Interesul receptiv al unei femei e lemnul de foc, în timp ce interesul activ al bărbatului e chibritul necesar pentru a aprinde focul. A scăpăra un chibrit nu e de ajuns pentru a aprinde un foc. Femeia trebuie să vină cu lemnul de foc. Încet-încet, căldura creşte, astfel încât să poată arde şi buştenii mai groşi.

Femeia vine cu lemnul de foc astfel încât dragostea să poată creşte încet-încet, pentru ca, în final, să poată arde şi buştenii mai groşi.

Dacă femeia nu-şi arată interesul receptiv, focul nu va avea nici o şansă să crească. Practic vorbind, acest lucru înseamnă că atunci când o femeie se concentrează mai mult pe a da decât pe a primi, când se gândeşte mai mult la cum să-l mulţumească pe bărbat decât la ce ar face-o pe ea fericită, bărbatul *nu* va mai fi interesat de ea.

Această idee e contrară convingerilor unei mari părţi dintre femei. În mod eronat, femeile presupun că dacă se arată dornice să-şi mulţumească partenerul, el va fi mulţumit şi va deveni mai interesat. Da, va fi mulţumit, dar nu e obligatoriu ca interesul lui activ să crească.

Când o femeie e interesată în mod activ să curteze un bărbat, el va fi flatat, iar interesul lui receptiv e posibil să crească, dar asta e tot. E probabil ca el să meargă în sensul curentului atât timp cât se simte bine, dar numai foarte rar va fi motivat s-o curteze şi el pe ea.

Un bărbat devine mai interesat de o femeie atunci când se simte cu adevărat bine în preajma ei. Ţineţi minte, bărbaţii sunt de pe Marte; le place să ştie că au succes. Când un bărbat e interesat în mod activ, acest lucru tinde să scoată la iveală ce are el mai bun. Un bărbat se simte cel mai bine când se angajează în mod activ pentru atingerea unui scop. O femeie îl poate face să se simtă bine dându-i şansa de a avea succes în a o face să se simtă cu adevărat împlinită.

Când unui bărbat îi place cu adevărat cum se simte în preajma unei femei, începe s-o placă mai mult.

O femeie poate începe să înţeleagă acest lucru imaginându-şi pentru o clipă că e bărbat. Într-un scenariu, acest bărbat a muncit din greu, a ajutat o mulţime de oameni şi, în final, a câştigat o mulţime de bani. Aceşti bani îl fac fericit. În alt scenariu, bărbatul nu munceşte din greu, nu ajută pe nimeni, dar câştigă o mulţime de bani. Şi aceşti bani îl fac fericit.

Punându-vă în locul lui, e uşor să vă daţi seama că se simte mai bine în primul caz, când a muncit din greu şi a ajutat o mulţime de oameni. Indiferent de ceea ce primeşte un bărbat, el se va simţi mai bine dacă şi-a atins scopul după ce a urmărit în mod activ acest lucru. Cu cât un bărbat are o părere mai bună despre el, cu atât mai mult va fi motivat să ofere şi cu atât mai atras se va simţi de persoana care îl face să se simtă aşa.

A FACE MASAJ ŞI A FI MASAT

A face masaj şi a fi masat arată diferenţa dintre interesul activ şi cel receptiv. Când Philip îi face masaj la gât lui Marie, el e interesat în mod activ să-i ofere un masaj minunat. Iată la ce se poate gândi el şi ce poate simţi când e interesat în mod activ:

Oare ce i-ar plăcea cel mai mul?

Cum s-o abordez ca să se simtă cu adevărat bine?

Cred că o să încerc să fac asta mai blând.

Fac pariu c-o să-i placă mişcarea asta uşoară şi prelungă.

Acum o să-mi mişc mâinile în jos, pe spate.

O să fie foarte relaxant.

Oh, e foarte tensionată în punctul acesta.

Cred că ar trebui să mai fac un timp mişcarea asta.

E bine, a scăpat de tensiunea aceea.

Fac pariu că acum se simte mai bine.

Oare pot să mai fac ceva pentru ea?

Cred că i-a plăcut tare mult asta.

Fiecare dintre aceste gânduri e expresia interesului activ arătat de Philip. Dacă e privit ca şi cum ar fi făcut bine ce a făcut, cu siguranţă că se va simţi mai legat de ea şi mai motivat s-o cunoască.

În timp ce Philip simte că e interesat în mod activ s-o mulţumească pe Marie, în mod natural, reacţia ei va fi un interes receptiv. Iată câteva dintre gândurile şi sentimentele ei:

Mi-ar plăcea să-mi facă masaj.

Ah, ce bine e.

Îmm, îmi place când mă atinge aşa.

Wow, ce bine e.

Oh, nu te opri; e atât de bine.

E atât de bine; pot să mă relaxez.

Îmm, mă întreb ce o să facă în continuare.

Oh, a fost extraordinar.

Mă simt cu mult mai bine.

Oare ce altceva mai poate face la fel de bine?

Toate gândurile şi sentimentele lui Marie sunt expresia interesului ei receptiv. Ţinând minte cum gândeşte şi ce simte când i se face masaj, o femeie îşi poate da seama care sunt gândurile şi sentimentele care o fac foarte interesantă în ochii unui bărbat. Adesea, femeile au o revelaţie când îşi dau seama că interesul lor receptiv e cel mai mare dar pe care îl pot face unui bărbat, la fel cum interesul activ e cel mai mare dar pe care un bărbat îl poate face unei femei.

VALOAREA UNEI FEMEI

Fără a-i înţelege pe bărbaţi, multe femei cred că trebuie „să facă ceva" pentru a câştiga dragostea şi atenţia unui bărbat. Aceste femei nu înţeleg valoarea intrinsecă a interesului şi receptivităţii pentru ceea ce are de oferit un bărbat. Femeile nu-şi dau seama că a fi deschise şi receptive la ceea ce „face" un bărbat înseamnă a da ceva în schimb.

O femeie se simte împlinită când bărbatul „face" ceva pentru ea. Când un bărbat este interesat în mod activ, partenera lui e foarte interesată de el. Din moment ce ea asta simte, presupune în mod greşit că se întâmplă acelaşi lucru şi în cazul bărbaţilor, dar nu e aşa.

Majoritatea femeilor nu-şi dau seama de valoarea lor în ochii bărbaţilor. Bărbaţii se simt bine când femeile se arată deschise şi receptive faţă de interesul lor şi faţă de încercările lor de a fi interesanţi, de a le impresiona şi de a le face să se simtă împlinite. Receptivitatea e darul femeii către bărbat; el e recunoscător pentru şansa de a o cunoaşte, de a crea o legătură cu ea şi de a cădea sub vraja ei. Dacă nu ar avea-o pe ea, ar şoma. El are nevoie de o slujbă. Are nevoia de şansa de a avea succes în relaţia cu o femeie. Acest lucru contribuie într-o mare măsură la mulţumirea de sine a bărbatului.

DORINŢA ŞI TENSIUNEA DINAMICĂ

Dorinţa, interesul şi pasiunea dintr-o relaţie vin din tensiunea dinamică. Această tensiune dinamică e creată, trezită sau „aprinsă" când bărbatul oferă, iar femeia primeşte cu graţie. Când un bărbat oferă ceva unei femei şi reuşeşte s-o mulţumească, la un anumit nivel, el anticipează că va primi ceva în schimb. Această anticipaţie produce excitaţie, interes şi entuziasm. În mod aproape automat, el e provocat să devină mai implicat.

Multe femei distrug fără să-şi dea seama această tensiune, dând ceva în schimbul darului oferit de bărbat. În loc să-l primească şi să-l lase pe bărbat să-şi savureze succesul, femeia îşi schimbă atitudinea, de la una receptivă la una de interes activ în a oferi bărbatului. Ea începe să-şi facă planuri de cum să-i înapoieze darul. În final, această schimbare va diminua interesul bărbatului.

Când o femeie nu ştie care e valoarea ei în ochii partenerului, s-ar putea să-i fie să se arate receptivă la interesul lui activ. În loc să primească pur şi simplu, ea simte că trebuie să dea mereu ceva în schimb. Nu-şi dă seama că prin simplul gest de primi, îi oferă un dar bărbatului. Nu numai că nu e necesar ca ea să dea ceva în schimb, acest lucru îl poate chiar împiedica pe bărbat să devină mai interesat.

În mod eronat, femeile cred că trebuie să dea ceva în schimbul a ceea ce primesc, pentru a merita lucrurile pe care şi le doresc.

Tendinţa de a da ceva în schimb poate fi un gest atât de automat încât femeia poate să nici nu-şi dea seama că îl face. În definitiv, pe planeta ei e o dovadă de bună creştere dacă dai imediat ceva în schimb. Haideţi să folosim exemplul cu masajul pentru a vedea care sunt gândurile şi sentimentele pe care le poate avea o femeie atunci când e incapabilă să primească. Aşa cum veţi vedea, ea are aceleaşi sentimente pe care le are o femeie receptivă, dar ele se transformă foarte repede în gânduri şi sentimente ce exprimă interesul activ. Iată câteva dintre aceste gânduri şi sentimente:

Mi-ar plăcea să-mi facă masaj, dar ce va aştepta să fac în schimb? Oare ce şi-ar dori să fac?

Oh, ce bine e. Ar trebui să-i fac şi eu masaj. Oare cum ar trebui să-l abordez?

Îmm, îmi place când mă atinge aşa. Oare lui cum îi place să fie atins? Poate că ar fi bine să îl ating aşa.

Wow, e atât de plăcut. Mă simt atât de prost că nu am făcut nimic pentru el. Ce ar trebui să fac pentru el?

Oh, nu te opri; e atât de bine. Dar, stai puţin, n-ar trebui să fiu atât de egoistă. Ce aş putea face ca şi el să se simtă bine? El e cel mai tensionat dintre noi doi.

E cu adevărat plăcut. Pot să mă relaxez. Dar nu pot să mă relaxez pur şi simplu – ar trebui să fac şi eu ceva ca el să se simtă mai bine. A avut o zi lungă; nu trebuie să mai facă şi asta acum.

Îmm, oare ce-o să facă în continuare? Oare ce ar trebui să fac eu ca el să mă placă în continuare?

Oh, a fost extraordinar. Nu merit asta. Eu n-am făcut nimic pentru el. Ce să fac pentru ca el să creadă că sunt partenera ideală?

Mă simt atât de bine, dar ce pot face ca să mă revanşez? Oare pot să fac ceva pentru el?

Oare ce altceva mai poate face la fel de bine? Oare de ce vrea să fie cu mine? Ar fi bine să fac şi eu ceva pentru el.

În fiecare dintre aceste exemple, la început ea e receptivă, dar apoi se gândeşte numai la cum să-l mulţumească pe el sau la ce şi-ar putea dori el sau la ce ar trebui ea să facă pentru a merita sprijinul lui. În loc să se relaxeze pur şi simplu şi să se bucure cu adevărat de masaj, ea îşi schimbă atitudinea – de la interes receptiv la interes activ. Deşi pare o atitudine foarte drăgăstoasă, când o femeie îşi schimbă atitudinea şi începe să-şi arate interesul activ, bărbatul poate fi chiar împiedicat să mai fie într-adevăr interesat de ea; ea poate distruge tensiunea dinamică care îl face s-o dorească şi mai mult.

PUTEREA ATITUDINII

Interesul unui bărbat pentru o femeie poate creşte numai dacă el se simte interesat în mod activ. Pe de altă parte, interesul lui tinde să scadă încet dacă el se simte interesat doar în mod receptiv faţă de ea.

La fel, când un bărbat e interesat în mod activ de o femeie, ea are şansa să-şi descopere răspunsul adevărat şi autentic la avansurile lui. Această autenticitate o face mai atrăgătoare pentru bărbaţii ce i se par potriviţi. Înţelegând acest lucru, întâlnirile pot fi cea mai bună ocazie de a descoperi şi a atinge potenţialul unei relaţii, petrecând, în acelaşi timp, nişte clipe minunate.

Dacă o femeie urmăreşte un bărbat cu interes activ, interesul lui devine unul receptiv. Deşi îi place să vadă că ea e interesată, caldă şi plină de afecţiune, acest lucru nu îl face mai interesat de ea. Interesul receptiv pur şi simplu nu scoate la iveală ce are mai bun un bărbat. După un timp, el va fi atras de o altă femeie, care promite să scoată la iveală tot ce are el mai bun.

EXEMPLE DE INTERES ACTIV ŞI RECEPTIV

Când un bărbat îşi arată în mod activ interesul pentru o femeie, se gândeşte la cum s-o impresioneze. Când o femeie e receptivă, îi dă bărbatului încrederea de a-şi asuma riscul necesar pentru a o impresiona. Cu cât îşi asumă mai multe riscuri pentru

atingerea scopului, cu atât devine mai implicat. Interesul ei receptiv chiar îi dă curaj.

Când ea începe să se întrebe dacă el e suficient de interesat, iar apoi începe să-l curteze, încercând să-l impresioneze, acest lucru poate sabota potenţialul unei întâlniri. În loc să-l facă şi mai interesat, îl poate face chiar să-şi piardă interesul. Curtarea unui bărbat are un efect contrar aşteptărilor femeii. Dacă face greşeala de a vrea să-l impresioneze, el se va relaxa în mod automat şi o va lăsa pe ea să-şi asume riscurile.

În mod clar, unui bărbat *nu*-i place să-şi asume riscuri – îi place să fie servit, îi place ca partenera lui să arate un interes activ, dar asta nu-l face s-o placă mai mult. Interesul unui bărbat creşte când face ceva, când câştigă ceva, când reuşeşte ceva, când îi câştigă inima partenerei. Bărbaţii devin interesaţi în mod activ când îşi dau seama ce trebuie să facă, ce să ofere, cum să furnizeze, cum să atingă un scop, cum să impresioneze pe cineva şi cum să obţină dragostea, acceptarea şi admiraţia pe care şi le doresc.

Pentru a vă da mai bine seama de ce înseamnă interesul activ şi cel receptiv, haideţi să vedem câteva exemple. Pe măsură ce veţi citi mărturiile, diferenţele vor fi şi mai clare. E posibil să trebuiască să le mai recitiţi de câteva ori pentru a le înţelege şi a prinde diferenţele.

Vom vedea mai întâi câteva exemple de gânduri şi sentimente obişnuite pe care le poate avea un bărbat când e interesat de o femeie, fie în mod activ, fie în mod receptiv. Mai apoi vom vedea care sunt gândurile şi sentimentele unei femei.

BĂRBATUL E INTERESAT ÎN MOD ACTIV	**BĂRBATUL E INTERESAT ÎN MOD RECEPTIV**
Oare prezint interes pentru ea? Cred că da.	Oare o să-mi placă să-mi petrec timpul cu ea? Mi se pare interesantă. Poate fi distractiv.
Oare mă place? Mie chiar îmi place de ea. Îmm, cum s-o abordez?	Oare o să-mi placă s-o cunosc mai bine? Nu ştiu, dar pare că mă place, aşa că o să vedem.
Oare ce să fac pentru ea? Cred că aş putea s-o fac cu adevărat fericită.	Oare ce mi-ar putea oferi? E frumoasă. E clar că nu m-ar deranja să aflu.

BĂRBATUL E INTERESAT ÎN MOD ACTIV

Oare sunt destul de bun pentru ea? Nu pierd nimic dacă încerc. Fac pariu că pot s-o fac cu adevărat fericită. La treabă!

Oare cum pot s-o întâlnesc? Când ar trebui s-o abordez? Ce ar trebui să spun? OK, o să mă prezint pur şi simplu şi o să fiu prietenos.

Oare o să accepte să iasă cu mine? Merită să încerc. O s-o întreb dacă poate să-mi dea numărul de telefon. N-o s-o las să dispară din viaţa mea fără ca măcar să încerc.

Oare cum aş putea s-o fac fericită? O s-o invit la restaurantul meu preferat. Sper c-o să-i placă.

Oare ce i-ar plăcea să facă? Poate ar trebui să mă uit într-un ziar să văd ce putem face săptămâna viitoare.

Oare ce simte pentru mine? Sper că am făcut impresie bună. Îmm, oare ce să mai fac?

Oare cum aş putea s-o impresionez? Hai să fac un plan. Mai întâi ar trebui să luăm cina, apoi o să avem destul timp să mergem la un film, până pe la 8. O să se distreze de minune.

BĂRBATUL E INTERESAT ÎN MOD RECEPTIV

Oare e destul de bună pentru mine? Mă atrage. Fac pariu că poate să mă facă foarte fericit. Nu ştii niciodată.

Oare ar trebui să fac ceva ca să mă întâlnească? E clar că flirtează cu mine. Nu e nimic rău în a fi prietenos.

Oare mi-ar plăcea să mă întâlnesc cu ea? E clar că e interesată de mine. Poate că ar trebui să-i cer numărul şi s-o sun cândva.

Fac pariu că mă poate face fericit. Nu pot să spun nu acestei oferte.

Oare ce mi-ar plăcea să fac? Nu contează. O să mai aştept şi o s-o întreb pe ea; îmi convine orice.

Oare care sunt sentimentele mele pentru ea? Nu sunt sigur că ar trebui s-o sun. O să aştept să văd ce-o să simt mai târziu.

Oare cum o să fie diseară? Aseară arăta extraordinar. Hai să vedem, ce mi-ar plăcea să fac? O să mă distrez de minune.

BĂRBATUL E INTERESAT ÎN MOD ACTIV	BĂRBATUL E INTERESAT ÎN MOD RECEPTIV
Oare când ar trebui s-o sărut? Nu vreau să par prea direct. Ţine minte, trebuie s-o iau încet. Pare să mă placă şi ea. Acum sau niciodată.	Oare vrea să mă sărute? Sper că vrea. Fac pariu că o să fie extraordinar.

Revăzând tabelul de mai sus, devine clar şi faptul că, dacă bărbatul e interesat în mod activ, tinde să fie mult mai orientat spre acţiune, mai masculin şi mai hotărât. Aceste calităţi tind să-l facă mult mai atrăgător pentru femei. Deşi nu e nimic în neregulă cu a fi interesat în mod receptiv, acest lucru nu-i face pe bărbaţi mai irezistibili în ochii femeilor. Aşa cum vom vedea în tabelul următor, interesul receptiv este cel care le face pe femei mai atrăgătoare în ochii bărbaţilor.

FEMEIA E INTERESATĂ ÎN MOD ACTIV	FEMEIA E INTERESATĂ ÎN MOD RECEPTIV
Oare prezint interes pentru el? Ce ar trebui să fac? Cum ar trebui să mă port cu el?	Oare sunt interesată de el? Pare interesant. Cred că mi-ar plăcea să-l cunosc mai bine.
Oare mă place? Cum ar trebui să-l abordez? Fac pariu că pot să-l atrag.	Oare mi-ar plăcea să-l cunosc mai bine? Pare interesant. Pot să-mi fac timp pentru el.
Oare ce aş putea să-i ofer? Fac pariu că aş putea să-l ajut. Are nevoie de mine.	Oare ce poate să-mi ofere? E drăguţ. Sunt sigură că vreau să aflu.
Oare sunt destul de bună pentru el? Fac pariu că pot să-i fiu cu adevărat pe plac; poate atunci mă va dori.	Oare e destul de bun pentru mine? Îmi place de el. Vrea cu adevărat să-şi petreacă timpul cu mine. Poate că e persoana potrivită pentru mine.

FEMEIA E INTERESATĂ ÎN MOD ACTIV	FEMEIA E INTERESATĂ ÎN MOD RECEPTIV
Oare cum pot să-l întâlnesc? Cum să-i atrag atenţia? Ce să-l întreb? OK, o să-i fac un compliment, iar apoi o să-l întreb ceva.	Oare cum să fac să-i fie mai uşor să mă întâlnească? Îmi place de el. O să mă uit din când în când spre el, cât să poată vedea că îl privesc.
Oare o să mă invite în oraş? E o partidă şi nu-l las să-mi scape. O să-i aflu numărul de telefon şi o să-l sun. E posibil să ne potrivim.	Oare mi-ar plăcea să ies cu el? Cred că e interesant. Poate ar trebui să-i dau numărul de telefon. E şarmant. Dacă nu mi-l cere, i-l dau eu, în caz că vrea să mă sune.
Oare cum aş putea să-l fac fericit? Ştiu precis ce trebuie să fac să-i atrag atenţia.	Oare poate să mă facă fericită? Ar putea fi partenerul ideal. E pasionant.
Oare ce i-ar plăcea să facă? O să mă uit într-un ziar să văd ce i-ar putea face plăcere.	Oare cum mi se pare sugestia lui? Sună bine. E pasionant.
Oare ce părere are despre mine? Sper că arăt bine. Oare am spus ce trebuia?	Oare care sunt sentimentele mele pentru el? Pare cu adevărat interesant. Mi-ar plăcea să-l cunosc.
Oare cum pot să-l impresionez? Îmm, cu ce ar trebui să mă îmbrac? Cum ar trebui să reacţionez când...	Oare cum o să mă facă să mă simt diseară? Sper că bine. Hai să vedem, cu ce mă îmbrac? Ce mă face să mă simt bine?
Oare când ar trebui să-l sărut? Vreau să mă asigur că e atras de mine.	Oare vrea să mă sărute? Sper că da. Oare cum o să fie?

După ce citiţi tabelul cu reacţiile de interes activ sau receptiv ale femeilor, devine clar faptul că, dacă femeile sunt receptive, cele mai bune calităţi ale lor au şansa de a ieşi la iveală. Nu e nimic în neregulă dacă o femeie e interesată în mod activ de un bărbat, dar

ea ar trebui să țină minte că pentru a fi atrăgătoare pe termen lung și pentru a se simți bine în timpul întâlnirilor, e important să aibă o atitudine care să dovedească un interes receptiv.

FEMEILE OFERĂ CEEA CE ÎȘI DORESC ELE ÎNSELE

Când un bărbat primește ceva din partea unei femei, acest lucru îl face să poată primi și mai mult, dar când o femeie primește ceva din partea unui bărbat, acest lucru o face să ofere mai mult. Fără a cunoaște diferențele dintre reacțiile noastre, femeile oferă ceea ce își doresc ele și cred că asta îi va face pe bărbați și mai interesați de ele.

Dacă un bărbat ar asculta-o cu atenție o femeie, ea ar deveni în mod sigur și mai interesată de el. Dacă un bărbat ar observa care sunt nevoile și dorințele ei și s-ar da peste cap pentru a i le îndeplini, ea ar fi cu adevărat impresionată. Din moment ce asta e experiența ei, presupune că și el va fi impresionat când ea va face la fel. În consecință, ea se arată interesată în mod activ, plănuind să facă pentru el ceea ce i-ar plăcea să facă el pentru ea. Crede că face ce trebuie. Când el nu răspunde așa cum ar răspunde ea, femeia crede în mod greșit că e ceva în neregulă cu el sau cu ea.

Femeile oferă ceea ce își doresc ele
și cred că asta îi va face pe bărbați
și mai interesați.

Problema e că atunci când bărbații sunt impresionați în acest fel, tind să se relaxeze. Bărbatului îi poate plăcea faptul că partenera lui e atentă cu el și îl sprijină, dar totul se oprește aici. Îi place cum îl face ea să se simtă, plăcând-o și pe ea în schimb. Dar când o femeie scoate la iveală tot ce are mai bun un bărbat, lui îi va plăcea cu adevărat cum se simte, iar acest lucru îl motivează s-o cunoască și mai bine. El devine interesat în mod activ.

Dacă o femeie se concentrează pe a fi din ce în ce mai receptivă față de avansurile partenerului ei, ea deține cheia succesului, creând ocazii pentru ca relația să înflorească. Acest

lucru nu numai că îi dă bărbatului ocazia de a-şi evalua sentimentele, dar îl ajută să dea tot ce poate. În mod asemănător, când un bărbat e interesat în mod activ de o femeie, acest lucru nu numai că îi permite să-şi dea seama de sentimentele ei pentru el, dar face ca ceea ce are ea mai bun să iasă la iveală şi să strălucească.

12

BĂRBAŢII CURTEAZĂ, IAR FEMEILE FLIRTEAZĂ

Ca să creeze atracţia necesară pentru ca un cuplu să treacă prin cele cinci etape ale întâlnirilor, bărbaţii şi femeile trebuie să-şi păstreze rolurile complementare. Pentru a fi atrăgător, bărbatul trebuie să facă gesturi mărunte, cu siguranţă şi convingere. Femeia trebuie să răspundă gesturilor lui într-o manieră receptivă, dar nu foarte convinsă. Ea trebuie să rămână deschisă şi să nu pară disperată sau neajutorată. Bărbatul nu ar trebui să înţeleagă că ea îi face curte lui, ci că e deschisă să afle dacă îl place.

Pentru a trece prin cele cinci etape ale relaţiei,
bărbaţii şi femeile trebuie să joace
roluri complementare.

Pentru a crea o relaţie, femeia trebuie să fie atentă să nu alerge după un bărbat, ci să fie receptivă la curtea pe care i-o face el. Acest tip de receptivitate şi deschidere îşi găseşte expresia în flirt. Când o femeie flirtează cu un bărbat, e pur şi simplu interesată de el într-o manieră care exprimă faptul că e posibil să fie bărbatul care s-o facă fericită, că poate el e bărbatul acela extraordinar pe care l-a căutat toată viaţa, că poate el e capabil să-i împlinească dorinţele, că poate el e cel cu care ar vrea să împartă nişte clipe cu adevărat speciale, sau că poate e pur şi simplu interesant sau amuzant.

Flirtul e ca mersul la cumpărături. Când o femeie merge la cumpărături de distrează alegând ce-i place şi ce nu-i place. Nu e interesată să-i dovedească ceva vânzătoarei. Probează în libertate hainele şi poate pleca fără să cumpere ceva. E liberă să meargă şi în alte magazine şi să se întoarcă când vrea. Aceasta e atitudinea perfectă pentru flirt. Cel ce flirtează îşi spune: ;„Mă uit şi îmi place ce văd. Poate că tu eşti cel care o să mă facă fericită."

A face curte e ca şi cum ai merge la un interviu de angajare. Sigur, vrei să vezi cam cum e compania, dar încerci în primul rând să-i impresionezi pentru ca ei să te angajeze. Când curtează o femeie, bărbatul îi arată în mod instinctiv partea cea mai bună şi mai şarmantă a personalităţii sale. Cel care curtează îşi spune: „Eu aş putea fi cel care să te facă fericită. Analizează-mă. Uită-te la ce am făcut şi la ce pot face." Atât timp cât el îi face curte, iar ea răspunde într-o manieră receptivă şi jucăuşă şi pare mulţumită, atracţia are şansa să crească.

Flirtul femeii ca răspuns la curtea pe care i-o face un bărbat e ceva foarte pasionant pentru că bărbatul e mereu în căutarea şansei de a fi responsabil pentru fericirea femeii. Pentru el, a avea succes în procesul de curtare e la fel de distractiv cum e pentru femeie sentimentul că o persoană pe care o place încearcă s-o facă fericită.

Flirtatul e foarte pasionant pentru bărbaţi fiindcă le gâdilă orgoliul de a putea face fericită o femeie.

Deşi majoritatea lucrurilor pe care le face o femeie cu o atitudine receptivă înseamnă flirt, iată douăsprezece exemple de semnale clare de flirt, semnale ce vor permite bărbaţilor să-şi dea seama când o femeie e receptivă la abordarea şi avansurile lor.

DOUĂSPREZECE FELURI ÎN CARE FLIRTEAZĂ FEMEILE

1. S-ar putea ca ea doar să zâmbească şi să stabilească un contact vizual între trei şi cinci secunde, într-un fel care spune: „Aş putea să fiu interesată.", iar apoi să se uite în altă parte.
2. Ar putea să clipească într-un fel care să spună: „Aşteptam pe cineva ca tine."
3. Şi-ar putea înclina capul ca şi cum ar spune: „Oare eşti bărbatul potrivit pentru mine?"
4. S-ar putea ridica şi trece pe lângă bărbat, ca şi cum ar spune: „Dacă nu m-ai observat, acum ai şansa. Fă pasul."

5. Ar putea să se uite la el, să-i prindă privirea, iar apoi, după trei, patru sau cinci secunde, să se uite în altă parte, invitându-l să se uite la ea. Apoi, după vreo zece secunde, să-şi întoarcă privirea, cu un zâmbet care spune: „Dacă eşti interesat, prezintă-te. Nu muşc."
6. Ar putea să-l atingă, iar apoi să scoată un „Oh" care să spună: „Oh, n-am vrut să te ating... dar mi-a plăcut."
7. Ar putea să-i atingă cu naturaleţe mâna în timp ce vorbeşte, ca pentru a recunoaşte că îi apreciază înţelegerea şi atenţia. Apoi, i-ar putea zâmbi într-un fel care spune: „Îmi place să simt o legătură cu tine". Sau ar putea ridica din sprâncene ca şi cum ar spune: „Wow, a fost tare bine."
8. S-ar putea să-i atingă piciorul, deasupra genunchiului, sau umărul, în timp ce explică ceva, ca pentru a-i arăta că se simte în siguranţă, confortabil şi în largul ei. Apoi, după ce ar ridica mâna, să facă o pauză, ca şi cum ar aştepta să-şi recapete suflul, căci neaşteptata scânteie dintre ei a fost atât de agreabilă încât, pe moment, a uitat ce vroia să spună.
9. Ar putea aduce în mod jucăuş argumente într-o discuţie sau chiar să-l contrazică, într-o manieră care spune: „Nu trebuie să fim mereu de acord, mie îmi place oricum de tine. Am altă părere şi sunt inspirată de ceea ce spui tu."
10. L-ar putea ruga să care ceva pentru ea sau i-ar putea cere ajutorul într-o privinţă. În timp ce el o ajută, ar putea respira adânc şi s-ar putea relaxa expirând, ca şi cum ar spune: „E atât de plăcut să poţi să te relaxezi şi să poţi lăsa pe altcineva să aibă grijă de tine. E cu adevărat plăcut."
11. L-ar putea întreba ceva, pentru ca mai apoi să se bucure de inteligenţa lui, ca şi cum ar spune: „Îmi place să crezi că îmi eşti de mare ajutor."
12. La sfârşitul întâlnirii, l-ar putea privi în ochi, şi-ar putea înclina capul, zâmbind, apoi şi-ar putea ridica uşor bărbia, ca şi cum ar spune: „M-am simţit cu adevărat bine şi dacă vrei să mă săruţi, să ştii că şi mie mi-ar plăcea. Sărută-mă."

Toate aceste gesturi îi dau şansa bărbatului să simtă receptivitatea ei. Asta e ceea ce îl atrage pe bărbat. El are nevoie de

semnale clare că va progresa dacă continuă să-i facă curte. Dacă nu primeşte semnale clare, atracţia poate scădea, pentru că el nu-şi anticipează reuşita.

CUM CURTEAZĂ BĂRBAŢII

Când un bărbat îi face curte unei femei, el interacţionează într-o manieră care spune că e interesat să afle dacă ea e persoana potrivită pentru el. Ochii, vocea, atenţia, interesul şi gesturile lui, toate demonstrează încredere în sine: „Sunt interesat de tine şi fac pariu că pot fi cel care să te facă fericită, bărbatul acela extraordinar pe care l-ai aşteptat, pot să-ţi împlinesc dorinţele, pot să fac să fii cu adevărat fericită sau pot să fiu cu adevărat interesant şi amuzant." Acest fel de a flirta e foarte incitant pentru femei, pentru că femeile caută ocazia de a se relaxa şi de a avea alături pe cineva care să ţină îndeajuns de mult la ele pentru a-şi lua responsabilitatea fericirii lor şi pentru a le duce acolo unde ar vrea să ajungă.

O femeie apreciază cel mai mult ca bărbatul să-şi asume riscul de a o impresiona, iar nu să aştepte ca ea să facă ceva pentru a-l impresiona pe el.

Când încerci pentru prima dată să cunoşti o femeie, trebuie să fii atent să stabileşti o legătură cu ea înainte de a-i cere numărul de telefon. Mai întâi trebuie să-ţi exprimi non-verbal interesul şi să primeşti un răspuns clar din partea ei înainte s-o abordezi. Dacă nu poţi să-i atragi atenţia, atunci trebuie să-l rogi pe chelner să-i aducă un mic cadou sau un bileţel. Las-o să-l citească la distanţă de tine. Dacă ea începe încet-încet să flirteze cu un zâmbet ce te invită să faci mai mult, trebuie să continui.

Altă abordare ar fi să te întâlneşti cu una dintre prietenele ei pentru a-i pune întrebări despre ea. E mult mai uşor să faci cunoştinţă cu o prietenă de-a ei. Apoi, prietena îi va vorbi despre tine. Dacă se uită înspre tine, flirtul a început. Poţi atunci să se apropii şi să te prezinţi pur şi simplu.

CEL MAI SIMPLU TEXT E ŞI CEL MAI BUN

Mulţi bărbaţi intră în panică atunci când vine momentul să găsească o frază de introducere. Cel mai simplu text e şi cel mai bun. Prezintă-te pur şi simplu; spune: „Bună, mă cheamă John. Pe tine?" După ce răspunde, ar trebui să fii pregătit să-i pui câteva întrebări sau să faci câteva comentarii despre ce se întâmplă în jur sau despre vreme. Contează că ai făcut pasul, nu ce spui. Chiar dacă nu eşti coerent, ea va fi impresionată pentru că ţi-ai asumat riscul de a o curta.

Pentru a o face să vorbească pe o locuitoare de pe Venus, cea mai bună întrebare e: „De unde eşti?", iar pentru un locuitor de pe Marte: „Cu ce te ocupi?". Bărbaţilor le place să vorbească despre ceea ce fac sau au făcut, în timp ce femeilor le place în mod deosebit să vorbească despre locuri, relaţii şi situaţii.

Dacă nu te simţi bine făcând conversaţie, încă mai poţi să ai un mare succes continuând să fii atent, uitându-te la ea şi punându-i întrebări. Trebuie să ţineţi minte că, dacă nu vă pricepeţi să faceţi conversaţie, femeilor de care sunteţi atraşi le va plăcea să vorbească mai mult.

DE CE AMUŢESC BĂRBAŢII

E perfect normal ca un bărbat să amuţească atunci când întâlneşte pentru prima dată o femeie. Iată un alt exemplu de moduri diferite în care se comportă bărbaţii şi femeile. Bărbaţii tind să folosească doar o parte a creierului la un moment dat, în timp ce femeile folosesc mai multe părţi în acelaşi timp. Unei femei îi e destul de uşor să vorbească atunci când are sentimente puternice, dar pentru un bărbat, cu cât sentimentele sunt mai puternice, cu atât e el mai puţin capabil să gândească şi să vorbească. Din acest motiv, atunci când bărbaţii văd o femeie atrăgătoare, nu reuşesc să se hotărască cum s-o abordeze înainte ca ea să plece sau, dacă reuşesc să facă cunoştinţă cu ea, nu ştiu ce să spună. Unii bărbaţi devin şi mai timizi anticipând faptul că nu vor şti ce să spună.

Pentru mulţi bărbaţi, e o uşurare să afle că majoritatea bărbaţilor se împleticesc când abordează o femeie. Femeile sunt obişnuite cu asta şi nu sunt critice în această privinţă. Cred că bărbaţii sunt mai drăguţi şi mai şarmanţi în ipostaza asta. Sunt foarte flatate când un bărbat e dispus să treacă peste timiditate şi să-şi asume riscul de a le aborda. Cu cât e mai incoerent bărbatul, cu atât se va simţi mai bine femeia. Cu cât el se poartă mai prosteşte asumându-şi riscul de a şi părea astfel, cu atât mai mult va simţi ea că lui îi pasă, iar acesta e un foarte bun compliment.

O femeie este impresionată când un bărbat e dornic să încerce s-o abordeze chiar dacă nu ştie precis ce să spună sau nu e perfect şi bine lustruit. Dacă nu ştie ce să spună şi ce întrebări să pună, ar putea să stea pur şi simplu, cu capul uşor înclinat în jos şi într-o parte, cu un uşor zâmbet, având toate şansele ca femeia să se îndrăgostească de el. S-ar putea ca ea să gândească: „E atât de şarmant. Nu trebuie să fie perfect şi să vină cu replici şi expresii amuzante pentru a câştiga inima unei femei. Trebuie doar să-şi asume riscul de a o aborda şi să fie un bun ascultător."

Un alt element important când vine vorba de curtare şi flirt e arta de a-i face complimente celuilalt. În Capitolul al XII-lea vom descoperi în detaliu cum să ne exprimăm atracţia pentru partener.

13

BĂRBATULUI ARATĂ-I CONSIDERAŢIE, PE FEMEIE ADOR-O

Complimentele sunt cel mai bun mod de a ne exprima atracţia şi de a-i permite să crească. Dacă un bărbat e atras de o femeie, el o poate lăsa să înţeleagă acest lucru făcându-i complimente. Uneori bărbaţii fac greşeala de a complimenta o femeie aşa cum ar vrea ei înşişi să fie complimentaţi, în loc s-o facă aşa cum se cade pe Venus. La fel, multe femei nu-şi dau seama cum să complimenteze cu succes un bărbat. Ideea e că bărbaţii vor ca femeile să le arate consideraţie, iar femeile vor să fie adorate.

Pe Marte, locuitorii se simt complimentaţi când le sunt recunoscute şi apreciate rezultatele deciziilor şi acţiunilor. Unui bărbat îi place foarte mult ca la întâlniri partenera să-i spună cât de bine se simte sau cât de delicioasă a fost cina sau ce film frumos au văzut. Reacţia lui e de a simţi că a avut un mare succes oferindu-i toate aceste lucruri.

Pe Marte, locuitorii se simt complimentaţi când le sunt recunoscute şi apreciate rezultatele deciziilor şi acţiunilor.

Când o femeie spune: „Ce frumos a fost filmul!", bărbatul reacţionează ca şi cum el ar fi scris filmul. Din moment ce el a dus-o la un film care i-a plăcut, simte că a mulţumit-o. De fapt, reacţionează ca şi cum el ar fi regizat şi ar fi scris filmul, el ar fi fost producătorul şi tot el actorul principal.

Când o femeie face remarci pline de entuziasm referitor la mâncarea dintr-un restaurant ales de el, e în al nouălea cer. E ca şi cum şi-ar fi petrecut întreaga zi pregătind acea masă, iar ea a apreciat-o. Când ea răspunde într-o manieră pozitivă la ceea ce îi oferă el şi trece cu vederea lucrurile mai puţin bune, bărbatul se simte foarte complimentat şi apreciat.

Când o femeie spune: „Mă simt atât de bine în seara asta. Aerul e atât de proaspăt şi curat. Stelele sunt atât de frumoase. Luna care se ridică din râu e atât de romantică.", bărbatul se simte ca în rai. Cu cât mai mult apreciază ea seara, cu atât mai mult simte el că a avut succes oferindu-i ceea ce i-a oferit. E ca şi cum el ar fi făcut luna să răsară; e atât de romantic; a făcut aerul mai proaspăt şi mai curat. Afecţiunea pentru ea creşte pentru că el se simte atât de mândru de ce a făcut.

CUM SE FAC COMPLIMENTELE PE VENUS

Locuitoarele de pe Venus sunt atinse cel mai profund de complimentele personalizate. Desigur, orice compliment e bun, dar cele mai bune complimente sunt cele directe şi personale. Bărbaţii nu ştiu acest lucru în mod instinctiv şi pierd şansa de a crea o legătură cu o femeie făcându-i complimente în mod direct. Din moment ce bărbaţilor le place să fie apreciaţi pentru ceea ce fac, s-ar putea să procedeze în acelaşi fel cu partenerele, pierzând astfel şansa de a le lăsa să înţeleagă că sunt atraşi de ele.

În loc să se concentreze pe ce face sau cum îl face să se simtă o femeie, în mod ideal, el ar trebui să se concentreze pe găsirea unor adjective şi substantive pozitive care s-o descrie în mod direct. E în regulă să vorbească despre ce a făcut ea, dar ar trebui să includă mereu o afirmaţie despre ea. Aceasta este cea mai bună modalitate de a-i simţi afecţiunea precum şi altă cale de a ajunge să-l cunoască.

Femeile se simt încurajate de modul în care le văd şi le complimentează bărbaţii. Ele se simt cel mai atrase de bărbaţii care le fac complimente personale şi directe, în timp ce un bărbat se simte cel mai atras de femeile care îl complimentează în mod mai puţin direct, axat mai mult pe cum se simt ele ca reacţie la ceea ce a făcut, gândit, decis şi oferit el. Haideţi să analizăm această diferenţă.

COMPLIMENTE INDIRECTE (*Sunt cele mai bune pentru bărbați*)	**COMPLIMENTE DIRECTE** (*Sunt cele mai bune pentru femei*)
Mă simt minunat.	Ești minunată.
M-am distrat de minune.	Ești tare amuzantă.
Filmul a fost extraordinar.	Ai gusturi bune la filme.
Restaurantul acesta e minunat.	Gătești minunat.
Formația asta e extraordinară.	Dansezi foarte bine.
A fost o seară perfectă.	Ești o persoană foarte interesantă.
Îmi place foarte mult să stau de vorbă cu tine.	Ești foarte sociabilă.
Îmi place foarte mult să-mi petrec timpul cu tine.	Ești cu adevărat minunată.
Am petrecut o seară minunată.	Îmi place foarte mult să fiu cu tine.
Nici nu-mi mai amintesc de când nu m-am mai simțit atât de bine.	Ești tare deșteaptă.
Extraordinar – ți-a luat doar douăzeci de minute să faci asta.	Extraordinar – ești foarte eficientă.
Wow, e impresionant.	Wow, ești impresionantă.
E foarte bine făcut.	Ai făcut o treabă minunată.
Niciodată nu m-aș fi gândit să fac asta.	Ești extraordinară.
A fost o decizie foarte bună să mergem la filmul ăsta. *sau* Chiar mă bucur că am fost la filmul ăsta.	E clar că știi să alegi un film bun.

Când o femeie îi face în mod indirect un compliment unui bărbat, așa cum am arătat în tabelul de mai sus, el e încurajat să continue s-o curteze, devine mai încrezător în puterea lui de a o cuceri și îl face să simtă că a avut succes, ceea ce îi sporește interesul

față de ea. Dacă complimentele ei nu sunt directe, ea menține o distanță între ei doi, distanță pe care el o poate parcurge curtând-o.

Când un bărbat îi face complimente unei femei în mod direct, așa cum am sugerat mai sus, ea se reasigură de faptul că e îndrăgită și respectată. Acest lucru o face să-și regăsească sinele și să-și dea seama de sentimentele pe care le are pentru acel bărbat, făcând-o să se deschidă și să fie mai receptivă și mai sensibilă la dorințele lui. Dacă ea răspunde complimentelor lui arătându-se mulțumită, acesta simte că progresează, că se apropie de ea.

FEMEILOR LE PLAC COMPLIMENTELE PERSONALE

Un bărbat se va simți complimentat dacă unei femei îi plac mașina, casetofonul sau echipa lui de fotbal preferată, dar o femeie se simte complimentată când se simte ea însăși observată și adorată. Complimentele personale sunt observații pozitive – lucruri pe care bărbatul le observă uitându-se și relaționând cu ea.

Pentru ca o femeie să înceapă să aibă sentimente mai profunde pentru un bărbat, complimentele lui trebuie să devină mai personale. Când el îi face trei sau mai multe complimente personale într-o conversație, e clar că exprimă și urmărește ceva ce îl atrage.

Când, într-o conversație, un bărbat îi face trei sau mai multe complimente personale unei femei, e clar că o curtează.

O femeie va aprecia orice compliment sincer, dar când un bărbat se gândește puțin mai mult la ce cuvinte să folosească, aceasta îl va aprecia mai mult. Când un bărbat se gândește puțin care e cel mai bun compliment pe care i-l poate face unei femei, complimentul devine mai profund. El va conține mai mult din ceea ce are mai bun bărbatul și va scoate la iveală mai mult din ceea ce are mai bun femeia. Cu cât adjectivul e mai special, cu atât mai specială se va simți ea. Iată câteva exemple de complimente simple și de complimente mai profunde.

COMPLIMENTE FADE	COMPLIMENTE SAVUROASE
Eşti o apariţie plăcută.	Ai un incredibil simţ artistic.
Arăţi frumos în seara asta.	Arăţi incredibil în seara asta.
Cânţi bine.	Eşti o cântăreaţă foarte talentată.
Ai o voce bună.	Ai o voce divină.
Ai un chip frumos.	Ai o faţă angelică.
Ai un zâmbet frumos.	Ai un zâmbet radiant.
Arăţi bine.	Arăţi minunat.
Arăţi drăguţ.	Eşti fermecătoare.
Eşti deşteaptă.	Eşti de o inteligenţă uimitoare.
Ai gusturi bune.	Ai gusturi excelente.
Ai ochi frumoşi.	Ai o sclipire specială în ochi.
Arăţi bine.	Arăţi atât de frumos.
Ai o rochie frumoasă.	Arăţi delicios în rochia asta.

Desigur, uneori e potrivit să foloseşti un compliment simplu, dar cu cât complimentele devin mai consistente, cu atât mai mult partenera se va simţi mai receptivă.

CUM SĂ FACI COMPLIMENTE MAI SUCULENTE FEMEILOR

Chiar şi un compliment simplu poate deveni mai suculent dacă i se adaugă unul dintre următoarele cinci cuvinte: *atât de, cu adevărat, foarte, întotdeauna* şi *aşa de*. Un bărbat poate transforma foarte uşor un compliment simplu pentru a-l face să fie în acord cu nivelul lui de atracţie, interes, entuziasm, familiaritate şi orgoliu. Haideţi să descoperim cum pot aceste cinci cuvinte să facă mai suculente şi cele mai banale complimente – „Arăţi bine."

1. Arăţi *atât de* bine. (atracţie)
2. Arăţi *cu adevărat* bine. (interes)
3. Arăţi *foarte* bine. (entuziasm)
4. *Întotdeauna* arăţi bine. (familiaritate)
5. Arăţi *aşa de* bine. (mândrie)

Pentru a pune mai mult suflet într-un compliment, bărbatul poate să repete oricare dintre aceste cuvinte sau poate să le combine astfel:

1. Arăţi *atât, atât de* bine.
2. Arăţi *cu adevărat foarte* bine.
3. Arăţi *foarte, foarte* bine.
4. *Întotdeauna* arăţi *atât de* bine.
5. *Chiar* arăţi *aşa de* bine.

CUM SĂ FACI COMPLIMENTE MAI SUCULENTE BĂRBAŢILOR

Şi femeile pot să folosească aceste cinci cuvinte pentru a pune mai mult suflet în complimentele indirecte făcute bărbaţilor Haideţi să adăugăm aceste cinci cuvinte unuia dintre cele mai banale complimente pe care orice bărbat vrea să le audă: „Mă bucur că am făcut asta."

1. Mă bucur *atât de* mult că am făcut asta.
2. Mă bucur *cu adevărat* că am făcut asta.
3. Mă bucur *foarte* mult că am făcut asta.
4. *Întotdeauna* mă bucur să fac asta.
5. Sunt *foarte* fericită; m-am simţit *atât de* bine.
6. Mă bucur *atât de mult* că am făcut asta. Chiar *foarte* mult.
7. Mă bucur *atât de mult* că am făcut asta – *cu adevărat*.
8. Mă bucur *foarte, foarte mult* că am făcut asta.
9. *Întotdeauna* mă bucur *foarte mult* când facem asta.
10. Sunt *foarte* fericită; m-am simţit *atât de* bine.

O altă modalitate prin care o femeie îl poate complimenta în mod indirect pe un bărbat este de a aprecia ceea ce îi oferă el. Apreciind filmul, piesa, cântecele, mâncarea, decorul, serviciul, vremea şi aşa mai departe, ea îl apreciază în mod indirect pe el, din

moment ce el simte că i le-a oferit. Dacă el îi aduce flori, atunci felul în care ea apreciază florile îl influenţează cel mai mult.

Dacă cei doi parteneri nu sunt încă foarte apropiaţi, atunci cea mai uşoară metodă ca el să simtă că ea e receptivă şi sensibilă la dorinţele lui este ca ea să aprecieze şi să-i fie recunoscătoare pentru ce i-a oferit. Dacă ea e persoana potrivită pentru el, această experienţă trezeşte în el o mai mare dorinţă de a se apropia de ea.

Când o femeie apreciază florile pe care i le aduce un bărbat, acesta se simte mai mult decât complimentat. Când ea spune: „Îmi plac florile astea.", el nu se simte doar complimentat, ci observă cam cum ar fi să fie şi el plăcut de ea. În acest fel, el are libertatea de a se apropia mai mult sau de a se îndepărta.

Haideţi să vedem cum poate o femeie să facă mai suculent cel mai banal compliment: „Îmi plac florile astea."

1. Florile astea sunt *atât de* frumoase; îmi plac.
2. Florile astea sunt *cu adevărat* frumoase; îmi plac.
3. Florile astea sunt *foarte* frumoase; îmi plac.
4. Florile sunt *întotdeauna atât de* frumoase; îmi plac.
5. Florile astea sunt *aşa de* frumoase; îmi plac.
6. Florile astea sunt *foarte* frumoase; îmi plac *atât de* mult.
7. Florile astea sunt *cu adevărat foarte* frumoase; îmi plac.
8. Florile astea sunt *atât de* frumoase; îmi plac *cu adevărat*.
9. Florile astea sunt un cadou *aşa de* frumos; îmi plac *foarte* mult.
10. Florile astea sunt *cu adevărat* frumoase.

CELE MAI BUNE COMPLIMENTE PE VENUS

Femeile apreciază în mod deosebit un compliment când acesta se concentrează pe ceva la care ţin. De exemplu, ochelarii de soare. În general, o femeie investeşte multă energie în alegerea perechii potrivite de ochelari. Dacă un bărbat observă aceşti ochelari şi îi apreciază în mod sincer sau e de părere că îi vin bine, complimentarea alegerii ochelarilor va avea un efect enorm asupra ei.

Complimentând-o pentru ceva special în acest fel, bărbatul o face să se simtă şi mai specială. Totuşi, nu toate complimentele

personale sunt potrivite. Femeile apreciază complimentele personale atât timp cât sunt decente. Pe măsură ce treceţi prin diferitele etape ale relaţiei, complimentele pot deveni mai personale.

Complimentele personale sunt foarte apreciate pe Venus, dar trebuie totuşi făcute pe un ton prietenesc, decontractat, fără a cere ceva, fără a avea aşteptări sau a crea obligaţii. Cel mai bine e să fie făcute pe tonul şi în maniera obişnuite în care se spune: „A fost o zi atât de frumoasă astăzi." sau „Mă bucur că nu a plouat din nou." sau „Îmi pare aşa de bine că s-a terminat cu alegerile. M-am săturat să tot văd afişe electorale."

Cele mai bune complimente se referă la ceva special ori în privinţa persoanei ei, ori în privinţa unui aspect în care a investit mult timp, multă strădanie, energie sau creativitate. Iată câteva exemple:

CEVA SPECIAL ÎN PRIVINŢA EI: Îmi plac mult zâmbetul tău, chipul tău, ochii tăi albaştri (sau orice altă culoare), accentul tău, culoarea părului tău, desimea şi strălucirea lui, mâinile tale, zâmbetul tău, dinţii tăi albi, bronzul tău, pielea ta fină şi aşa mai departe.

CEVA ÎN CARE A INVESTIT TIMP: Chiar îmi place să te implici în grupul acesta; cred că e un lucru extraordinar că eşti voluntară în acest program; eşti foarte generoasă să-i ajuţi în felul acesta şi aşa mai departe.

CEVA PENTRU CARE S-A STRĂDUIT: Îmi place foarte mult felul în care îţi aranjezi părul; îmi place cum ţi-ai amenajat apartamentul; ai un extraordinar simţ al culorii şi aşa mai departe.

CEVA ÎN CARE A INVESTIT MULTĂ ENERGIE PENTRU A-L CUMPĂRA SAU A-L FACE: Îţi stă foarte bine cu pălăria asta; joci foarte bine tenis; eşti într-o formă foarte bună; pari să ai o sănătate de fier; îţi stă foarte bine cu jacheta asta şi aşa mai departe.

CEVA PENTRU CARE ŞI-A FOLOSIT CREATIVITATEA: Dansezi foarte bine; ai ritmul în sânge; scrii foarte frumos; chiar te îmbraci cu stil şi aşa mai departe.

CEVA DE CARE E MÂNDRĂ SAU LA CARE SE PRICEPE: Eşti un designer cu adevărat talentat; ştii să organizezi foarte bine lucrurile; eşti atât de devotată muncii tale; eşti o mamă atât de responsabilă şi drăgăstoasă; te descurci atât de bine şi aşa mai departe.

PUNEŢI O ÎNTREBARE DUPĂ CE FACEŢI UN COMPLIMENT

De obicei, după ce faceţi un compliment personal, e bine să puneţi o întrebare. Până la urmă, un bărbat ajunge cel mai bine să cunoască o femeie dacă el pune întrebări, iar ea vorbeşte. Cu cât reuşeşte să vorbească şi să împărtăşească mai mult, cu atât mai multe ocazii va avea ea să descopere cât de mult e atrasă de el. Întrebarea pusă după compliment o ajută pe parteneră să se deschidă pentru a primi acest compliment. Din această poziţie mai receptivă, ea poate începe să i se destăinuiască, răspunzându-i la întrebări. Iată câteva exemple:

„Îmi place tare mult părul tău roşcat. Primeşti multe complimente pentru el?"

„E drăguţ lănţişorul acesta. Îl ai de mult?" sau „De unde l-ai luat?"

„Îmi place tare mult accentul tău. Unde ai copilărit?" sau „De cât timp locuieşti aici?"

„Arăţi foarte bine în seara asta. Acum ai ajuns?"

„Îmi place foarte mult zâmbetul tău. Ai avut o zi bună?"

„Ai nişte ochi atât de frumoşi. Cu cine semeni, cu mama sau tatăl tău?"

„Te-am văzut din partea cealaltă a camerei şi am vrut să te cunosc. De unde eşti?"

„Eşti chiar foarte deşteaptă. Ştiai?" sau „Unde ai fost (sau unde mergi) la şcoală?"

„Îmi plac tare mult ochelarii tăi de soare. Ai stil. De unde i-ai luat?"

„Arăţi aşa de bine şi eşti atât de radioasă. Cât de des mergi la sală?"

„Îmi plac foarte mult cerceii tăi. De unde i-ai luat?"

„Chiar îmi plac pantofii tăi; se potrivesc perfect cu cureaua. Sunt confortabili?"

„Ai un bronz foarte frumos. Unde ai stat la soare?"

Terminând aceste complimente cu o întrebare, bărbatul transmite mesajul clar că e în continuare atras de ea. Receptivitatea ei la complimente şi întrebări va face ca abilitatea bărbatului de a o curta să crească. Când bărbatul combină complimentele cu întrebări, femeia se reasigură de faptul că trebuie să continue să se deschidă. Recunoscând capacitatea şi abilitatea bărbatului de a o face fericită, femeia îi dă acestuia încrederea de a continua s-o curteze.

Înţelegând mai în profunzime cum să ne exprimăm atracţia faţă de partenerul de sex opus, putem relaţiona şi răspunde partenerului într-un mod care să scoată la iveală ce are el mai bun. În consecinţă, întâlnirile pot deveni mult mai plăcute. Dacă minimalizăm frustrările, dezamăgirile, grijile şi jena de la o întâlnire, vom putea simţi şi evalua cu mai multă acurateţe potenţialul unei relaţii. După o serie de experienţe pozitive la întâlniri, se va crea o bază solidă ce ne va ajuta să recunoaştem dacă partenerul nostru e unul special.

14

BĂRBAŢII ÎŞI FAC RECLAMĂ, FEMEILE SE DEZVĂLUIE

Motivul pentru care se plâng cel mai adesea femeile care merg la întâlniri este că bărbaţii vorbesc prea mult despre ei. Ori vorbesc la nesfârşit despre ce fac, ce pot face şi ce au făcut, ori, după ce femeia are ocazia să vorbească, aceştia răspund repede cu sfaturi despre ce ar putea, ar trebui sau nu ar trebui să facă. Sigur pe sine, un bărbat presupune că expertiza şi competenţa lui o impresionează, când, de fapt, acest lucru o îndepărtează – se simte ignorată, lăsată pe dinafară sau lipsită de importanţă pentru el. În consecinţă, ea poate ajunge la următoarea concluzie greşită: „Uite încă un bărbat care se gândeşte numai la el." Pe măsură ce îi analizăm mai în profunzime pe bărbaţi, vom vedea de ce această concluzie nu e corectă în întregime şi ce pot face femeile pentru ca discuţia să fie în dublu sens.

În general, când le spun bărbaţilor despre acest motiv de nemulţumire, sunt uimiţi. Spun: „Dacă nu-i place să vorbesc despre mine, atunci de ce pune atât de multe întrebări? Cum e un moment liniştit, cum începe să pună întrebări. Oricum, de ce trebuie să vorbim tot timpul? Mie îmi place şi doar să stăm împreună, să vedem un film, să mergem undeva cu maşina, să ascultăm muzică sau să facem orice altceva împreună. Nu trebuie să vorbesc tot timpul. Credeam că ea vrea să vorbesc. Nu spun femeile mereu că: «Bărbaţii nu vorbesc destul de mult; nu comunică.»?"

Aceste două probleme, la fel ca atât de multe dintre problemele pe care le vom aborda împreună, pot în sfârşit să se rezolve înţelegând în primul rând modul în care femeile şi bărbaţii abordează întâlnirile şi relaţiile. Din această perspectivă nouă, aveţi informaţiile şi ideile din interior necesare pentru a începe să găsiţi răspunsurile la întrebările ce apar pe parcursul întâlnirilor. Pentru a

vă înțelege mai bine unul pe celălalt, haideți să presupunem din nou că bărbații sunt de pe Marte și femeile de pe Venus. Haideți să ne întoarcem în timp și să vedem cum se petreceau lucrurile pe Marte și pe Venus înainte să venim cu toții pe Pământ.

VIAȚA PE MARTE

În principiu, marțienii se concentrează pe muncă. Se autoevaluează pe baza capacității lor de a reuși pe plan profesional. În mod instinctiv, fiecare marțian știe că succesul lui constă în trei lucruri: competență, abilitatea de a-i face pe ceilalți să vadă cât de competent este și oportunitățile de a face servicii. Tot ceea ce fac ei are ca scop creșterea eficienței, informarea celorlalți asupra competențelor lor și, apoi, efectuarea de servicii. Planeta Marte e plină de afișe ce fac reclamă unei mulțimi de date și fapte ce arată ce pot face, ce promit că vor face și ce au făcut marțienii. În mod clar, marțienii sunt buni la marketing și reclame.

Viața unui bărbat are ca scop creșterea eficienței, informarea celorlalți asupra competențelor lui și, apoi, efectuarea de servicii.

La serbările de pe Marte, un militar de carieră se îmbracă în uniformă, lăsându-i pe toți să vadă cine e el, ce poate face și ce promite că va face. Apoi, își pune în piept toate medaliile și decorațiile, pentru a le arăta celorlalți ce a reușit să facă. El nu e o persoană egocentrică, ci o persoană foarte mândră de el însuși și de realizările lui; este o persoană care și-a dedicat viața salvării vieții celorlalți, cu riscul de a și-o pierde pe a lui. Îmbrăcămintea îl reprezintă.

La fel face și omul de afaceri. La ocazii speciale, el demonstrează că e competent conducând mașini frumoase sau purtând costume scumpe și pantofi bine lustruiți. Ce spun aceste detalii? Că a reușit în viață; alți oameni au văzut că e competent și l-au răsplătit din plin. Dacă ei au avut încredere în el, atunci poți să ai și tu. Acest bărbat poate avea grijă nu numai de el, dar și de ceilalți. Indiferent de ocupații, bărbații de pe Marte găsesc modalități să-și arate expertiza și să-și facă reclamă.

În mod sigur, nu toți bărbații fac acest lucru în același fel, dar toți își fac reclamă. Bărbații au o varietate de modalități și de uniforme pentru a-și arăta expertiza, valorile și succesul, dar, per total, fie că poartă frac negru și pantofi bine făcuți, fie blugi și adidași albi, ei arată că sunt tipi „de acțiune", bărbați în care poți avea încredere și pe care te poți baza.

Din moment ce un bărbat simte că are ceva de oferit, că poate face un serviciu, el va folosi fiecare ocazie pentru a face reclamă lui sau lucrurilor pe care le poate oferi. Această tendință apare în mod sigur atunci când se întâlnește cu o femeie. Principalul lui obiectiv este de a-și face partenera să creadă că el e alesul. Că el e cel care o poate face fericită. Că el are ceea ce caută ea. Așa că vorbește pentru a-i arăta aceste lucruri. Pe scurt, el folosește comunicarea ca mod de a-și promova serviciile. A vorbi despre sine e una dintre cele mai bune modalități pe care le cunoaște un bărbat pentru a-și face publicitate și a arăta că-i pasă.

Bărbatul folosește comunicarea ca mod de a-și promova serviciile.

Un bărbat nu înțelege în mod instinctiv cât de mult o poate îndepărta pe partenera lui dacă domină conversația vorbind despre el la o întâlnire. Pentru femeie, el pare interesat doar de propria lui persoană. El nu își dă seama că, în loc să vorbească despre el însuși, ea ar vrea să i se pună întrebări și să fie interesat s-o cunoască mai bine. Pentru ea, interesul lui – acordarea de timp pentru a-i pune întrebări, a o asculta și a-i răspunde cu atenție – ar fi semnalul că lui îi pasă.

În loc să vorbească despre el însuși, ea ar vrea ca el să-i pună întrebări și să fie interesat s-o cunoască mai bine.

Pentru un bărbat, primele întâlniri sunt ca un interviu de angajare. El îi vinde femeii ideea că ar fi extraordinar pentru ea. Îi arată ce poate pentru a-i câștiga inima. Nimeni nu i-a explicat însă că pe Venus cel mai bun lucru pe care l-ar putea face ar fi să-și facă partenera să vorbească despre ea, despre sentimentele ei, despre ce îi place și ce nu îi place, despre viața ei.

ÎNTÂLNIRILE SUNT CA UN INTERVIU DE ANGAJARE

Pe Marte, ar fi jignitor şi prostesc să mergi la un interviu şi să începi să-i pui întrebări intervievatorului. Intervievatorii sunt puşi în gardă în privinţa candidaţilor foarte agresivi, care încearcă să preia controlul discuţiei punând o mulţime de întrebări despre companie.

Un marţian de succes ar fi îndepărtat de o persoană care l-ar aborda pentru un post, iar apoi şi-ar schimba brusc atitudinea, întrebându-l despre sentimentele lui, despre scopuri şi planuri. Înainte ca un angajator să vorbească bucuros despre sine, el vrea să ştie dacă intervievatul e calificat pentru post. Problema lui cine pe cine angajează e o parte foarte importantă a ecuaţiei.

Pentru un bărbat, a pune o mulţime de întrebări la o întâlnire e ca şi cum s-ar duce la o companie foarte prosperă pentru un interviu de angajare şi ar întreba care sunt planurile ei de viitor şi cum a început afacerea. Nu numai că ar fi ceva insultător, dar nu ar fi acceptat pentru post.

De-a lungul primelor întâlniri, bărbatul îşi prezintă CV-ul: „Ăsta sunt eu; cu asta mă ocup şi asta fac. Poţi să mă întrebi orice." Acesta e felul în care se deschid şi se destăinuiesc marţienii. Însă, pentru partenera lor, când vorbesc despre ei înşişi, e ca şi cum n-ar fi interesaţi de ea, ca şi cum n-ar vrea s-o cunoască. Din această perspectivă, lucrurile arată exact pe dos; bărbatul vorbeşte despre sine pentru că vrea să ajungă să-şi cunoască partenera. El se dezvăluie, aşteptând ca ea să se deschidă şi să se dezvăluie la rândul ei. Totuşi, ea aşteaptă ca el să arate puţin interes şi să-i pună întrebări.

Pentru bărbat, primele întâlniri sunt ca o prezentare a CV-ului propriu: „Acesta sunt eu; cu asta mă ocup şi asta fac. Poţi să mă întrebi orice."

Marţienii se străduiesc să obţină o slujbă numai dacă şi-o doresc. Un bărbat nu-şi bate capul să încerce sau să-şi dovedească că poate să facă orice fleac. Nu e deloc amuzant să te expui riscului de a fi respins sau de a eşua. Dacă o invită în oraş, iar apoi vorbeşte despre sine încontinuu, o face pentru că, adânc în sufletul lui, îi

pasă destul de mult încât să încerce s-o impresioneze, riscând să nu aibă succes. Înţelegerea acestor perspective diferite le poate da femeilor libertatea de a interpreta în mod corect aparentul egocentrism al bărbaţilor şi de a-l vedea mai degrabă ca pe un compliment, iar nu ca pe o insultă. Deşi nu e chiar ceea ce îşi doreşte o femeie, cel puţin el e interesat s-o cucerească.

În general, bărbaţii nu-şi dau seama că ceva considerat atât de folositor pe planeta lui, ca de exemplu publicitatea, poate fi atât de ineficient în cazul femeilor. El nu ştie că, pe Venus, uzanţele sunt total diferite.

VIAŢA PE VENUS

Locuitoarele de pe Venus au alte modalităţi de a arăta că le pasă. Aşa cum marţienii se concentrează asupra muncii lor, femeile se orientează pe relaţii. Ele apreciază dragostea, comunicarea şi intimitatea. În mod cert, şi femeile muncesc din greu şi au multe alte centre de interes, dar ele îşi găsesc adevărata împlinire în cadrul relaţiilor şi sunt cu adevărat nefericite dacă nu au relaţii pline de iubire. În mod instinctiv, femeile ştiu că şansa lor de a fi împlinite depinde de trei lucruri: capacitatea de a iubi, demonstrarea capacităţii de a avea relaţii pline de iubire şi ocazia de a fi iubite. Fiecare decizie pe care o ia o femeie merge în direcţia creării de relaţii pline de iubire, pentru a iubi şi a fi iubite.

Pentru femei, demonstrarea capacităţii de a fi iubitoare e mai importantă decât promovarea competenţelor ei pe plan profesional. Mai ales la întâlniri, femeile sunt mult mai interesate şi mai impresionate de capacitatea bărbaţilor de a avea o relaţie cu ele decât de expertiza lor pe plan profesional. Totuşi, asta nu înseamnă că bărbaţii nu trebuie să aibă anumite competenţe şi să nu fie pregătiţi în domeniul lor.

Un bărbat competent şi sigur pe sine e foarte atrăgător pentru o femeie, dar ceea ce le face pe femei să fie şi mai interesate de el e capacitatea acestuia de a iubi şi de a fi iubit. În cadrul unei conversaţii, scopul femeii este de a împărtăşi ceva celuilalt. Bărbaţii fac cea mai bună impresie când pun întrebări şi ascultă.

împărtăşirea gândurilor şi sentimentelor unei femei e cea mai bună cale de a o câştiga.

Un bărbat competent şi sigur pe sine e foarte atrăgător pentru o femeie, dar ceea ce le face pe femei să fie şi mai interesate de el e capacitatea lui de a pune întrebări şi de a asculta.

Pe Venus, modul prin care îţi arăţi stima şi grija pentru cineva este acela de a pune întrebări şi de a fi atent să nu domini conversaţia. Când două femei se întâlnesc pentru a vorbi, una dintre ele începe prin a pune întrebări şi a asculta cu interes. După un timp, rolurile se schimbă. Aceasta este regula nescrisă a împărtăşirii gândurilor pe Venus.

Chiar dacă una dintre femei vorbeşte un timp îndelungat, acest lucru nu o deranjează pe cealaltă femeie, căci ea ştie în mod instinctiv că prietena îi va da şi ei şansa de a vorbi. Va veni şi timpul ei. Schimbul de roluri are loc atunci când persoana care vorbeşte se opreşte şi începe să pună întrebări. Astfel, cea care a ascultat are şansa de a vorbi. Totuşi, acest ritual are loc numai pentru că ambele femei îl înţeleg.

Cu marţienii lucrurile nu se petrec în mod automat aşa. Ea pune întrebări, iar el răspunde. Dar el nu ştie că după ce îi pune ea întrebări, se presupune că şi el va face acelaşi lucru. Când ea pare cu adevărat interesată, el nu-şi dă seama că acesta e semnalul că şi el trebuie să arate că e cu adevărat interesat de ea, punându-i întrebări.

Când o femeie pune o mulţime de întrebări, e semnul secret al locuitoarelor de pe Venus că bărbatul ar trebui să înceteze să vorbească şi să-i pună întrebări.

Când un bărbat domină conversaţia, crede că face tot ce se poate şi nici prin gând nu-i trece că ea aşteaptă să-i demonstreze că e interesat de ea. Deşi acest lucru le poate părea unora dintre bărbaţi un fleac, a pune întrebări şi a asculta sunt elemente esenţiale în cucerirea inimii unei femei. Această modificare minoră în comportament contează când e vorba să câştigi inima unei femei.

CE POT FACE FEMEILE

De obicei, femeile mă întreabă ce pot face dacă un bărbat vorbeşte numai despre el. Răspunsul e foarte simplu, dar multe femei nu s-ar gândi la asta pentru că, pe Venus, sugestia mea ar fi foarte nepoliticoasă... dar câteodată, când eşti cu un marţian, e firesc să te porţi ca pe Marte şi să-l întrerupi.

Când un bărbat vorbeşte prea mult,
fă ce fac cei de pe Marte – întrerupe-l.

Ce poate face o femeie pentru a opri un bărbat din vorbit este să nu mai pună întrebări şi să intre în conversaţie. Nu ar trebui să aştepte să i se pună întrebări sau să fie invitată să vorbească; în schimb, ar trebui să asculte câteva momente sau minute, iar apoi să înceapă să vorbească.

Deşi acest lucru pare uşor, pentru unele femei poate fi foarte greu să facă această schimbare. Sunt patru motive principale pentru care femeile pun atât de multe întrebări în loc să participe la discuţie: cred că e politicos, cred că asta îl va face pe bărbat mai interesat de ele, se simt mai bine dacă el e cel care pune întrebări, au încercat să-l întrerupă, dar nu au reuşit. Haideți să analizăm mai în detaliu fiecare dintre aceste convingeri.

1. E politicos să asculţi

Pe Venus, e nepoliticos să întrerupi pur şi simplu pe cineva. Dacă o locuitoare de pe Venus vrea să vorbească, ar trebui să pună mai întâi întrebări, să-şi arate interesul şi să-şi aştepte rândul. Deşi acest lucru e în regulă pe Venus, pe Marte lucrurile stau cu totul altfel. Marţienii se aşteaptă şi vor ca partenera lor să li se alăture şi să participe la discuţie. Nu îi deranjează dacă sunt întrerupţi în mod prietenesc. De fapt, acest lucru uşurează întregul proces. Faptul că îi întrerupi şi că li te alături te face şi mai atrăgătoare în ochii lor.

2. El va deveni mai interesat de ea

Dacă o femeie ascultă în mod politicos şi pune întrebări, ea crede că, după un timp, bărbatul va deveni mai interesat de ea, de fapt, e foarte probabil ca el să devină mai interesat de el însuşi. Majoritatea femeilor ştiu deja că bărbaţii tind să facă lucrurile pe rând, dar nu-şi dau încă seama că, dacă continuă să pună întrebări, bărbatul nu va face decât să continue să vorbească. Dacă femeia se concentrează pe el, şi el se va concentra asupra lui. Dacă ea se străduieşte să-i împlinească dorinţele, şi el se va preocupa de acelaşi lucru. Dacă pe ea o preocupă nevoile lui, şi el va deveni mai preocupat de ele. El nici măcar nu-şi va da seama că ea se simte neglijată. Dacă ea continuă să pună întrebări, el va presupune că nu are nimic de spus.

În mod cert, dacă ei îi place şi apreciază cu adevărat ceea ce spune el, atunci va deveni mai interesat de ea, dar pentru ca acel interes să fie unul de durată, are nevoie de ocazii de a o cunoaşte. Pentru ca el să devină interesat de mai mult decât de aspectul fizic iniţial, ea trebuie să se deschidă şi să se destăinuiască. Dacă ea nu face decât să-i pună întrebări despre el, acesta va deveni mai interesat de el însuşi decât de ea.

Când un bărbat vorbeşte, el tinde să devină mai interesat de ceea ce spune decât de ascultător.

O femeie face greşeala de a crede că bărbatul va fi mai interesat de ea dacă îi pune o mulţime de întrebări despre el însuşi, pentru că atunci când un bărbat pune multe întrebări pentru a face o femeie să se deschidă, ea devine mai interesată de el. Când un bărbat e singurul care vorbeşte, tinde să devină mai interesat de ceea ce spune decât de partenera lui.

3. E mai bine dacă întreabă el

Pur şi simplu nu e prea romantic ca o femeie să trebuiască să se străduiască să participe la conversaţie. Deşi bărbaţilor le poate fi foarte greu să înţeleagă acest sentiment feminin, el e foarte real.

O femeie se simte mai specială dacă bărbatul îşi arată interesul punând bucuros întrebări. Dacă ea trebuie să-l întrerupă pentru a se

face auzită, nu se mai simte atât de specială. Indiferent cât de multe învaţă despre marţieni şi despre planeta de pe care vin, femeile cred că dacă un bărbat este cu adevărat interesat, va pune întrebări. Când el pune întrebări, ea se reasigură că e specială şi demnă de dragoste. E o dovadă că bărbatul ţine la ea. Nu e la fel de romantic dacă ea trebuie să-l întrerupă.

Într-o lume perfectă, bărbatul ar trebui să citească această carte de cincizeci de ori şi să ţină minte să pună întrebări femeilor; dar lumea noastră nu e una perfectă. Până să ajungem acolo, o femeie deşteaptă ar trebui să stăpânească arta întreruperii politicoase. Pentru a face asta, femeilor le poate fi de ajutor să-şi aducă aminte că dacă el nu pune întrebări, nu înseamnă că nu le pasă; problema e că el e de pe Marte şi că nu ştie în mod instinctiv cât e de important să arate că îi pasă punând întrebări. El crede că arată cât de mult ţine la ea răspunzându-i la întrebări.

4. În trecut nu putea să-l întrerupă

Un alt motiv pentru care unei femei îi poate fi greu să-şi întrerupă partenerul e că atunci când îl întrerupe, el se enervează. În timp ce o femeie ascultă, s-ar putea să simtă că lui nici măcar nu îi pasă de părerea ei. Se poate simţi umilită sau ofensată pentru că e ignorată sau exclusă. În momentul în care îl întrerupe, tonul vocii ei îi arată bărbatului că a greşit cu ceva.

Acest lucru nu i se pare logic şi corect, căci, din punctul lui de vedere, el a fost mereu deschis la participarea ei la discuţie. Se simte atacat pe nedrept sau învinuit pentru ceva ce nu a făcut. În consecinţă, poate deveni defensiv şi rigid la ceea ce are ea de spus. În mod natural, dacă asta s-a mai întâmplat în trecut, femeile vor avea unele rezerve în a mai repeta experienţa. Înțelegând faptul că femeile şi bărbaţii sunt diferiţi, femeile pot totuşi învăţa într-un sfârşit să-şi întrerupă partenerul.

PRIMUL PAS

Primul pas pe care femeile trebuie să-l facă pentru a învăţa să întrerupă e să-şi amintească că femeile şi bărbaţii abordează în

mod diferit întâlnirile. Modul natural prin care un bărbat îşi arată interesul este auto-promovarea. Dacă nu e atent la ce i se spune, acest lucru se întâmplă deoarece el îşi face reclamă. Asta înseamnă că e interesat şi foarte receptiv la a fi întrerupt. Chiar dacă pare interesat doar să se asculte pe el, e încă foarte receptiv la participarea ei la conversaţie. Pentru o femeie, e greu să-şi aducă aminte de acest lucru pentru că, pe planeta ei, locuitoarele îşi arată interesul punând întrebări.

Femeile nu sunt singurele care interpretează în mod greşit comportamentul partenerului; şi bărbaţii înţeleg în mod greşit lucrurile. Când o femeie nu participă la conversaţie, bărbatul presupune ori că nu are nimic de spus, ori că nu a fost încă acceptat, aşa încât continuă să vorbească. În ambele cazuri, femeia ajunge să se simtă neglijată şi să fie enervată de egocentrismul lui. El o îndepărtează în mod inconştient, aşa că ea va ajunge să nu mai vrea să vorbească cu el.

Înţelegând cum le vine cel mai uşor femeilor şi bărbaţilor şi interpretând în mod corect semnalele, ne putem relaxa la întâlniri şi putem face lucrurile cele mai naturale. În general, un bărbat se va simţi uşurat când partenera lui participă şi susţine conversaţia. El nu mai simte nici o presiune, se poate relaxa şi poate ajunge să-şi cunoască partenera. Bărbaţii sunt foarte fericiţi când o femeie se deschide şi se destăinuie, în timp ce femeilor le face plăcere să susţină o discuţie atât timp cât simt că bărbatul e interesat.

Odată ce ajungem să ne înţelegem unul pe celălalt, începem să ne potrivim cu adevărat. Bărbaţilor le place să asculte, iar femeilor să vorbească. Dacă ea îi poate interpreta corect comportamentul, fiecare dintre cei doi poate face ceea ce îi face cea mai mare plăcere celuilalt. Totuşi, fără a interpreta în mod corect lucrurile, ea ascultă când de fapt ar vrea să vorbească, iar el continuă să vorbească, când, de fapt, ar vrea mai degrabă să asculte şi să ajungă să-şi cunoască mai bine partenera. Întâlnirile nu trebuie să fie un fel de bătălii; totul poate fi simplu şi amuzant. Totul depinde de modul în care interpretăm comportamentul celuilalt.

IDEI PENTRU A ÎNTRERUPE POLITICOS

Chiar înțelegând aceste lucruri, la început, unei femei îi poate încă părea ciudat să-l întrerupă pe bărbat. Pe planeta ei, pentru a fi politicos, trebuie să asculți și să aștepți să fii întrebat. Întreruperile pur și simplu nu i se par naturale unei femei, pentru că nu sunt un lucru firesc. Dar e ca învățarea oricărui lucru nou. La început, e ciudat să vorbești o limbă nouă, să arunci o minge, să mergi cu patine cu rotile, să conduci, să bați la mașină sau să schiezi. La început pare nenatural și dificil, dar după puțină practică, aceste lucruri nu numai că devin automate, dar chiar o a doua natură. Deși nu e cu totul natural, ele pot deveni o a doua natură și pot *părea* naturale. Cu puțin instructaj, acest proces poate fi mult mai ușor. Iată câteva idei pentru a întrerupe politicos.

1. Nu spune: „Pot să spun și eu ceva?"

Această întrebare te va face să pari desincronizată și nesigură, iar fluiditatea conversației are de suferit. Bărbații se așteaptă ca femeile să participe pur și simplu la conversație. Ei presupun în mod greșit că dacă ele nu vorbesc e pentru că nu au nimic de spus. În mod asemănător, ele presupun că dacă ei nu le cer punctul de vedere, înseamnă că nu sunt interesați.

Secretul întreruperilor e de a le face presupunând că el vrea să audă ce ai tu de spus. Această presupunere e în general adevărată și, chiar dacă nu ar fi interesat, întreruperea îi dă ocazia să devină interesat. Când bărbații vorbesc între ei, nu se gândesc cum să-l invite pe celălalt să vorbească. Simplul fapt că vorbesc cu un alt bărbat dovedește faptul că celălalt e invitat să vorbească oricând vrea sau oricând face el o pauză.

În loc să ceară permisiunea de a participa la conversație, ideal ar fi ca femeia să înceapă pur și simplu cu o frază de felul: „Asta îmi amintește de..." sau cu: „Eu cred că..." sau „Îmi place..." și apoi să continue. Aceste fraze simple funcționează foarte bine. Cu cât mai puține cuvinte, cu atât mai bine. Pur și simplu te alături în discuție.

2. Nu spune: „Tu nu mai respiri?"

Aici, mesajul e că el a greşit cu ceva. Această frază poate fi jignitoare, mai ales dacă el încearcă să te cucerească. În locul ei, poţi spune: „E foarte interesant. Cred că..."

De fiecare dată când o femeie spune unui bărbat: „E foarte interesant", el simte că e ascultat, iar apoi va fi fericit să se relaxeze şi să asculte. O întrerupere politicoasă îi permite unui bărbat să salveze aparenţele şi nu arată în mod evident că a vorbit prea mult.

3. Nu spune: „Ţie-ţi pasă măcar puţin de ce cred eu?"

Această frază te poate face să pari neajutorată şi plină de resentimente în mod inutil şi nu lasă să transpară partea ta cea mai drăgăstoasă. În schimb, fii jucăuşă. Dacă simţi că punctul tău de vedere nu e luat în consideraţie, atunci ia o atitudine jucăuş-insistentă, spunând ceva de felul: „Whoa (ca şi cum ai vorbi cu un cal prietenos), stai puţin, eu cred că..."

Bărbaţii apreciază această insistenţă dacă tonul e unul jucăuş, fără să pari neîncrezătoare sau rănită.

4. Nu spune: „Tu nu înţelegi... Eu simt că..."

Acesta este cel mai enervant comentariu pe care îl poate face o femeie la adresa unui bărbat. Şi totuşi, el este cel mai instinctiv şi automat răspuns al ei. În mod cert, pe Venus el nu e făcut cu intenţia de a ofensa. Pentru o altă locuitoare a planetei Venus, el e foarte uşor de înţeles, iar răspunsul este, în general: „Oh, îmi pare rău (ca în «Îmi pare rău, n-am vrut să vă lovesc.»), mai spune-mi o dată." Dar răspunsul unui marţian e de obicei opusul acestuia. El va deveni defensiv. Dacă ea crede că el nu înţelege, pentru el este un semnal că îl crede incompetent. Marţienii ştiu că trebuie să pară competenţi în toate ocaziile sau nu vor avea succes. Ei devin în mod automat defensivi. În loc să asculte, bărbaţii vor să explice că înţeleg. În mod ironic şi tragic, cu cât le pasă mai mult, cu atât vor deveni mai defensivi. Noul lor scop va fi să le explice partenerelor că înţeleg. În consecinţă, ei vor fi din nou cei care vorbesc, iar ele cele care ascultă.

Toată această nebunie poate fi evitată dacă ea exersează exprimarea acestei idei într-un mod diferit. În loc de: „Nu înţelegi", tot ce trebuie să spună ea e: „Hai să încercăm să punem altfel problema." Această mică schimbare va transforma totul. El va asculta cu şi mai multă atenţie. Va prinde mesajul că ea nu s-a simţit înţeleasă, dar nu va mai simţi nevoia să se apere.

Pentru a prinde ideea, le sugerez femeilor să spună cu voce tare aceste două fraze acum (sau de îndată ce găsesc un moment prielnic). Gândiţi-vă ce-ar putea simţi el ca reacţie la această frază – „Nu înţelegi" – şi apoi ca reacţie la fraza sugerată de mine – „Hai să încercăm să punem altfel problema." Diferenţa e enormă. Ele conţin acelaşi mesaj, dar prima propoziţie pare un atac, iar a doua e o simplă rugăminte precum: „Poţi să-mi dai sarea, te rog?"

5. Nu spune: „Scuză-mă, te superi dacă spun şi eu ceva?"

Această abordare le face pe femei să pară neajutorate. Poate fi interpretată drept inutilă şi negativă; ca şi cum ar implica faptul că el nu i-ar permite să spună nimic.

Este genul de întrebare la care te aştepţi de la cineva care trage cu urechea la o conversaţie şi vrea să spună ceva. Ea implică faptul că bărbatul nu o include şi pe ea în conversaţie, el simţind însă că a fost tot timpul deschis în această privinţă. În loc să procedaţi aşa, adoptaţi mai bine o atitudine indulgentă, presupunând că ceea ce aveţi de spus va fi bine primit: „E corect, cred că..." sau „Nu m-am gândit niciodată la asta din perspectiva aceasta, cred că..."

6. Nu spune: „Te interesează măcar puţin ce cred eu?"

Întrebarea asta sună a critică şi îl poate îndepărta în mod inutil. Ţineţi minte, el *e* interesat de ce spune femeia, dar se aşteaptă ca ea să-l întrerupă când are ceva de spus.

În locul acestei întrebări, spuneţi: „E foarte interesant. Cred că...", iar apoi exprimaţi-vă opinia. Recunoaşterea faptului că ceea ce spune bărbatul e interesant înainte de a vă exprima punctul de vedere îl va face să devină mai interesat de ceea ce

aveți de spus. Deși acest lucru e evident pentru bărbați, pentru femei nu e. Femeile tind să creadă că dacă ascultă cu atenție și pun multe întrebări, bărbatul va înceta să mai vorbească și va fi interesat de ce spun ele.

Femeile fac greșeala de a presupune că bărbații nu sunt interesați dacă nu pun întrebări. Adevărul e că dacă un bărbat vorbește, e semn că e interesat s-o cucerească. Dacă ea îl întrerupe cu delicatețe, acest lucru îi permite bărbatului să devină interesat de ea și de ceea ce spune. Cu cât ea se implică mai mult în conversație, cu atât mai interesat va deveni el.

7. Nu spune: „Hai să vorbim despre..."

Deși e o bună modalitate de a schimba subiectul, nu e un bun mod de a-l face pe bărbat să nu mai vorbească. În general, răspunsul lui va fi „OK", iar apoi va începe să vorbească despre noul subiect.

În general, de câte ori o femeie vrea să schimbe subiectul, e de datoria ei să acorde o clipă recunoașterii faptului că ce a spus bărbatul a fost luat în considerație și apreciat într-un fel. Bărbații au nevoie să simtă că au contribuit măcar cu ceva folositor, dacă nu interesant. Ea ar putea spune: „Hmm, nu m-am gândit niciodată la asta.", iar apoi poate schimba pur și simplu subiectul. Nu e deloc nevoie să spui: „Acum hai să vorbim despre...". După ce faceți un comentariu care să-i arate că îi recunoașteți meritele, schimbați pur și simplu subiectul.

8. Nu spune: „Nu sunt de acord. Cred că..."

Uneori, femeile simt că singurul mod de a se face auzite e să-și arate în mod deschis dezacordul. Desigur, e în regulă să nu fi de acord, dar nu-ți exprima dezacordul pentru a-l întrerupe. În schimb, spune ceva de felul: „Am altă părere despre asta..." sau „Eu privesc altfel situația.".

Aceste abordări sunt mai delicate și nu numai că îl fac pe bărbat să fie mai deschis la ceea ce are de spus femeia, dar îl și intrigă. E ca și cum ea ar spune: „Cred că ceea ce spui tu e foarte corect, dar eu am ceva diferit de spus despre asta.". În loc să ia o

poziţie defensivă în raport cu punctul lui de vedere, devine interesat să audă ce ar avea ea de spus.

Bărbaţii sunt atraşi de femeile care îşi pot exprima punctul de vedere cu delicateţe. Femeile n-ar trebui să fie mereu de acord cu bărbaţii doar pentru a părea drăguţe şi amabile. Asta e o modalitate sigură de a omorî atracţia.

9. Nu spune: „Vrei să-ţi spun ce cred eu?" sau „Vrei să ştii ce simt eu?"

Toate întrebările de felul acesta le fac pe femei să pară că nu au respect de sine. Deşi pe Venus ele pot fi considerate modalităţi de a întrerupe, pe Marte te fac să pari nesigur şi insignifiant. Pentru un bărbat, e greu să respecte o femeie fără respect de sine.

În locul întrebărilor, ea ar putea pur şi simplu să spună: „Cred că..." sau „Eu simt că...". Cea mai bună tehnică de a întrerupe un bărbat e de a intra pur şi simplu în discuţie ca şi cum ar fi rândul tău şi nu ai fi fost trecută cu vederea.

10. Nu spune: „Pot să te întreb ceva?"

O femeie nu ar trebui să obţină permisiunea bărbatului pentru a spune ceva. Nu numai că ar pune-o într-o poziţie de inferioritate, dar i-ar îngreuna şi lui sarcina de a asculta.

Adesea, femeile spun ceva de felul: „Pot să te întreb ceva? Mai demult am..." Apoi continuă să vorbească despre ceea ce au de spus. Pentru un bărbat, lucrul acesta este foarte frustrant, căci tot timpul cât ascultă, va încerca să-şi dea seama care e întrebarea şi să pregătească un răspuns inteligent. Dacă vrei să vorbeşti, nu deghiza totul sub formă de întrebare.

În schimb, întrerupe-l cu un comentariu de felul: „E corect. Îmi amintesc de o experienţă pe care am avut-o mai demult...". E o tranziţie mult mai delicată, iar bărbatului îi va fi mult mai uşor să asculte. Unui bărbat îi place să audă că ceea ce spune el e corect, iar apoi îi va face plăcere să audă ce ai tu de spus. Ţineţi minte că ori de câte ori îi puneţi o întrebare unui bărbat, el va trece la modul „vorbeşte şi oferă soluţii". Dacă vreţi să vorbiţi, nu-i puneţi întrebări.

Nu numai că întreruptul vă dă şansa de a vă face auzite, dar bărbaţilor le place. E un semn că vă simţiţi sigure pe voi, că aveţi încredere că el vrea să asculte, că îi acceptaţi stilul de a vorbi oricând vrea, că relaţionaţi cu el şi sunteţi dispuse să vă alăturaţi în conversaţie, că sunteţi sensibile şi receptive la ce are el de spus.

Vă sugerez să revedeţi afirmaţiile de mai sus şi să vedeţi cât de uşor ar putea fi interpretate în mod greşit de un locuitor al planetei Marte, în ochii căruia aţi părea închisă, de neclintit, plină de resentimente, critică, nesigură, insignifiantă, fără valoare, nereceptivă şi neîncrezătoare. Deşi în mod cert acestea nu sunt descrieri precise, gândiţi-vă câteva minute la cum aţi putea apărea aşa în ochii unui marţian nesuspicios.

DE CE BĂRBAŢILOR NU LE PLACE SĂ LI SE PUNĂ ÎNTREBĂRI

Majoritatea femeilor sunt surprinse când aud că bărbaţilor nu le place să li se pună întrebări. Desigur, câteva întrebări sunt în regulă, însă bărbaţii preferă ca femeia să susţină conversaţia. Aşa cum am văzut, când el îi răspunde conştiincios la întrebări, ultimul lucru la care se gândeşte e că ea se simte neglijată. El crede că face tot posibilul pentru a susţine discuţia. Ea pune întrebări, iar el răspunde. Ce altceva ar putea să facă el pentru ca lucrurile să meargă mai bine?

Când o femeie pune o mulţime de întrebări, ea crede că pare iubitoare şi că îl susţine pe bărbat. Pentru ea, a pune întrebări e cel mai bun mod de a demonstra că poate fi iubitoare. De asemenea, este un mod de a testa capacitatea unui bărbat de a avea o relaţie. Totuşi, dacă el nu înţelege codul bunelor maniere de pe Venus şi pune şi el întrebări, ea se poate îndepărta înainte de a apuca să-l cunoască.

Exact aşa cum un bărbat poate îndepărta în mod inconştient o femeie dacă nu îi pune întrebări, şi femeia îl poate îndepărta în mod inconştient pe bărbat punându-i prea multe întrebări. Destul de des, bărbaţii se arată iritaţi de femeile care pun prea multe întrebări. Chiar dacă pe un bărbat îl atrage foarte mult o femeie,

iritarea aceasta poate fi de ajuns pentru a-l îndepărta. E posibil ca el nici măcar să nu-şi dea seama de ce se îndepărtează, dar de multe ori acest lucru se întâmplă pentru că femeia pune prea multe întrebări.

Totuşi, câteodată, nu e vorba doar de iritarea produsă de prea multe întrebări. Mai e şi un alt aspect. Când o femeie începe să se deschidă faţă de un bărbat, ea va începe în mod natural să-i povestească despre ce a făcut în ziua respectivă. Când ea vorbeşte despre probleme, bărbatul presupune, în mod greşit, că i se cere sfatul în privinţa lor. Aşa că, chiar şi atunci când femeia nu cere sfaturi, s-ar putea ca bărbatul să creadă că o face, iar apoi să înceapă să-i dea sfaturi.

Când ea vorbeşte despre probleme, bărbatul presupune, în mod greşit, că ea îi cere sfatul în privinţa lor.

Fie că ea îi pune într-adevăr o întrebare sau el presupune în mod greşit că ea îi cere sfatul într-o problemă, femeia trebuia să înţeleagă ce îi îndepărtează pe bărbaţi. Nu simpla întrebare îi îndepărtează; modul în care ea răspunde la sfatul lui e ceea ce face diferenţa. Dacă prinde mesajul că ea îi apreciază răspunsul, bărbatul va deveni mai interesat de ea, dar dacă înţelege că răspunsul lui nu e destul de bun, el va deveni, într-un final, iritat.

Cu atât de multe confuzii între bărbaţi şi femei, e uimitor că ajung totuşi să fie şi să rămână împreună. Nu e de mirare că sunt atât de multe divorţuri din moment ce oamenii se îndrăgostesc de mai multe ori. Fără a înţelege diferenţele dintre noi, aceste mici probleme pot să se transforme într-un final în tensiuni enorme care duc la divorţuri.

Când cuplurile învaţă să-şi folosească aceste abilităţi de comunicare de bază, cei doi pot avea succes, intimitatea şi împlinirea în cadrul unei relaţii, sentimente care nu numai că îi încurajează să treacă prin cele cinci etape ale relaţiei, dar îi şi asigură de faptul că dragostea lor va continua să crească pe parcursul întregii vieţi. În capitolul al XV-lea, vom vedea câteva modalităţi simple de a pune în practică noua idee pe care ne-am făcut-o despre modul diferit în care gândesc, simt şi comunică bărbaţii şi femeile.

15

DE CE BĂRBAŢII NU DAU TELEFON

Destul de des, bărbaţii îi cer numărul de telefon unei femei sau merg la o întâlnire cu ea, iar apoi n-o mai sună. Femeia rămâne uimită şi se întreabă: Unde am greşit? Am spus sau am făcut ceva? Îi place de altcineva? Oare o să-l mai văd vreodată? Ar trebui să accept să ies şi cu alţi bărbaţi? Dacă sună în timp ce fac duş? Femeile se enervează când bărbatul nu sună. Majoritatea bărbaţilor nici nu ştiu de ce pentru o femeie e atât de important să primească acel telefon.

Chiar dacă lucrurile merg de minune la întâlnire, e posibil ca bărbatul să nu sune.

Dar există o explicaţie. După ce o înţeleg, multe femei se simt cu adevărat uşurate. E de foarte mare ajutor ca în final să-i înţelegi pe bărbaţi şi să le interpretezi în mod corect reacţii care par ciudate la început. Înţelegând felul în care bărbaţii abordează întâlnirile, femeile pot nu numai să interpreteze corect comportamentul unui bărbat, dar şi să interacţioneze într-un fel care să le asigure că vor primi ceea ce au nevoie.

În primul rând, destul de des, chiar dacă unui bărbat i-a plăcut cu adevărat cum a decurs întâlnirea, s-ar putea să nu-şi sune partenera. Dacă nu sună, nu înseamnă că nu-i pasă. De obicei, când un bărbat nu sună a doua zi, acest lucru se întâmplă pentru că are alte instincte.

DE CE FEMEILE APRECIAZĂ GESTUL DE A LE SUNA

Femeile aşteaptă în mod instinctiv să fie sunate fiindcă, pe Venus, modalitatea prin care arăţi cuiva că îţi pasă cu adevărat e

să-l reasiguri de sentimentele tale. Un telefon prin care îi spui că te-ai simţit minunat, pe un ton care să lasă să ţi se înţeleagă sentimentele calde şi prietenoase, este în general suficient. Locuitoarele de pe Venus se sună în mod instinctiv una pe cealaltă după ce au petrecut câtva timp împreună.

Deşi pe Venus poate părea evident, bărbaţii trebuie să înveţe cât e de important să sune pentru a-şi reasigura partenera de sentimentele lor.

Pentru femei, păstrarea legăturii e un mod de a arăta că îţi pasă cu adevărat. Când două prietene se întâlnesc din nou după luni sau ani întregi, unul dintre primele lucruri pe care le fac este să-şi ceară scuze că nu au păstrat legătura. Nu se întâmplă la fel şi în cazul bărbaţilor. Când doi prieteni n-au mai vorbit de luni sau ani, ei se bucură pur şi simplu că s-au întâlnit. Nici măcar nu se gândesc să-şi ceară scuze că n-au păstrat legătura. Când se regăsesc, e ca şi cum n-a trecut decât o zi de la ultima întâlnire. Însă, când două prietene se regăsesc, simt nevoia de a se reîmprieteni înainte de a se simţi cu adevărat apropiate.

Acelaşi principiu e valabil şi pentru cuplurile căsătorite. Când un bărbat care a plecat pentru câteva zile din oraş se întoarce, primul lucru pe care şi-l doreşte este să facă dragoste, în timp ce soţia lui poate să nu simtă acelaşi lucru. Ea simte aşa: „Cum poţi să faci sex pur şi simplu? Nici măcar n-am mai vorbit de zile întregi. Nici măcar nu-ţi pasă de ce simt eu?" Ea poate simţi nevoia de a se apropia din nou de el înainte de a trece la intimitate.

Bărbaţii nu înţeleg în mod instinctiv bunele maniere de pe Venus. În multe cazuri, aşa cum vom vedea în continuare, ei nu au nici măcar o idee despre ele. Un bărbat îşi urmează pur şi simplu instinctele inocente şi automate, crezând că, nesunând-o, asigură succesul relaţiei. Instinctele îl motivează să aştepte un timp înainte de a o suna pentru a evita să pară neajutorat şi disperat. El simte că, dacă e prea entuziast şi interesat, s-ar putea să-i scadă valoarea în ochii ei.

ÎNŢELEPCIUNEA DE A AŞTEPTA ÎNAINTE DE A SUNA

Pe Marte, locuitorii se concentrează mai ales pe muncă. Aşa cum am văzut deja, pentru marţieni, întâlnirile sunt un fel de interviuri de angajare. Oricine a aplicat măcar o dată pentru un post ştie că cel mai prost lucru pe care îl poţi face după interviu e să suni imediat pentru a vedea dacă ai obţinut postul. Trebuie, în schimb, să aştepţi răbdător să te sune cineva pentru a-ţi spune dacă ai obţinut sau nu postul. Dacă te arăţi prea nerăbdător, te pui într-o lumină proastă.

Un bărbat nu-şi arată entuziasmul în mod instinctiv, presupunând că, dacă pare neajutorat, se va pune într-o lumină proastă.

În mod instinctiv, bărbaţii ştiu că nu trebuie să arate cât de mult ţin la cineva sau cât de mult au nevoie de cineva. Marţienii se mândresc cu felul lor de a fi încrezători în forţele proprii, independenţi şi autonomi. Acest principiu funcţionează în lumea afacerilor, dar nu şi când e vorba de relaţii intime cu locuitoarele de pe Venus. Când, într-un final, bărbatul îşi sună partenera după o întâlnire, după ce femeia a aşteptat, întrebându-se dacă o s-o mai sune, ea e iritată; şi asta în cel mai bun caz. Tonul vocii ei îl lasă să înţeleagă în mod clar că nu e mulţumită. De aici, relaţia merge din rău în mai rău.

CUM REACŢIONEAZĂ FEMEILE CÂND UN BĂRBAT NU SUNĂ

Iată câteva comentarii pe care le fac în mod obişnuit femeile despre bărbaţii care nu le-au sunat destul de repede după întâlnire:

- „Când a sunat, nu-mi venea să cred că părea să nu-şi ceară scuze."
- „Nu-mi vine să cred că atunci când m-a sunat nici măcar n-a spus că îi pare rău."
- „S-a purtat ca şi cum nu trecuse nici o zi."

- „A fost atât de insensibil; s-a purtat ca şi cum nimic nu era în neregulă."
- „Nu-mi vine să cred că m-a sunat din senin, câteva luni mai târziu, ca şi cum totul mergea bine."
- „L-am sunat a doua zi dimineaţă şi m-a întrebat de ce l-am sunat. Eram furioasă. N-am mai vorbit cu el de atunci."
- „Când, într-un final, m-a sunt după o săptămână, eram foarte rănită. A trebuit să-i spun cum mă simţeam, dar el pur şi simplu nu pricepea."
- „Spunea că îi pare rău că n-a sunat, dar nu vorbea serios. Când eu m-am arătat distantă, el nici măcar nu m-a întrebat ce simt."
- „Nici nu mi-a venit să cred că nu m-a sunat. L-am sunat şi i-am spus că ar trebui să ajungă să mă cunoască."

În fiecare dintre aceste exemple, femeile sunt extrem de enervate de comportamentul normal şi instinctiv al celor de pe Marte. Fără a înţelege diferenţele dintre femei şi bărbaţi, aceştia din urmă vor continua să-şi saboteze relaţiile fără ca măcar s-o ştie, nesunându-le pe femei, iar ele vor continua să-şi saboteze relaţiile supărându-se pe ei atunci când aceştia ajung să le sune.

Când, într-un final, bărbatul sună, femeia adoptă fie o atitudine combativă în mod deschis, fie una de indirectă reţinere. Femeia radioasă pe care a cunoscut-o la început nu mai e la fel de caldă, sigură pe ea şi receptivă. Acum ea pare neîncrezătoare şi dezaprobatoare, adică exact aşa cum nu le place bărbaţilor.

În loc să aibă o conversaţie agreabilă şi plăcută atunci când vorbesc din nou după o întâlnire, amândoi văd cum atracţia pentru celălalt scade din cauza reacţiei femeii. El se simte supus unui interogatoriu, simte că e tratat incorect, în timp ce ea se simte neglijată şi chinuită.

Când un bărbat sună şi e primit cu o atitudine de respingere şi neîncredere, e clar că nu e foarte încurajator pentru el. Aşa cum ea vrea să fie sunată pentru a se reasigura de sentimentele lui, el se uită după orice semn de încurajare care să îi arate că poate reuşi s-o mulţumească.

Femeile vor să fie sunate pentru a se reasigura de sentimentele bărbatului, în timp ce bărbaţii se uită după orice semn de încurajare care să le arate că pot reuşi să-şi mulţumească partenera.

E uşor să observaţi că, neînţelegând diferenţele dintre nevoile emoţionale ale bărbaţilor şi femeilor pe parcursul întâlnirilor, puteţi să vă îndepărtaţi partenerii.

CÂND BĂRBATUL E CEL CARE ARE MAI MARE NEVOIE DE PARTENERA LUI

Adevărul este că, dacă bărbatul pare să aibă mai mare nevoie de partenera lui decât ea de el, femeia se îndepărtează. Dacă el ar suna a doua zi cu o voce care să arate nesiguranța şi nevoia de a fi reasigurat de sentimentele ei, multe femei s-ar îndepărta. Mulţi bărbaţi ştiu acest lucru în mod instinctiv. Ceea ce nu ştiu bărbații e cât de stimulativ poate fi pentru o femeie ca bărbatul s-o sune a doua zi după o întâlnire pentru a-i spune cât de mult i-a plăcut să petreacă puţin timp alături de ea. Când el îi poate transmite c-o place cu adevărat şi că vrea să petreacă mai mult timp cu ea, femeia se simte ca vrăjită. Acest gen de mărturisire nu numai că îl face pe bărbat mai atrăgător în ochii femeii, dar o şi reasigură de sentimentele lui, lucru de care are nevoie şi pe care îl apreciază foarte mult.

Mulţi bărbaţi nu-şi dau seama cât de mult apreciază femeile gestul de a le suna după o întâlnire.

Când bărbaţii încep să înțeleagă faptul că femeile sunt de pe Venus, totul începe să capete sens. Când află ce funcţionează, bărbaţii vor face lucrurile respective. Majoritatea bărbaţilor n-au nici o idee despre cât de fericită ar fi partenera dacă ar reasigura-o de sentimentele lor după o întâlnire. Reasigurând o femeie, bărbatul îi dă libertatea de a se bucura de relaţie fără să se mai întrebe dacă lucrurile merg bine.

TREI MOTIVE PENTRU CA BĂRBATUL SĂ-ŞI SUNE PARTENERA

1. Sun-o pentru a o lăsa să vorbească despre întâlnire, chiar dacă tu nu ai prea multe de spus

Din moment ce bărbaţii nu au prea multe de spus după o întâlnire, ei nu sunt motivaţi să sune în mod automat. Pare destul de prostesc să suni când nu ai nimic de spus. Sun-o chiar dacă n-ai chef de vorbă sau dacă ai foarte puţin de spus. Cel puţin poţi să-i pui întrebări.

Dă-i şansa de a vorbi despre întâlnire. În timp ce vorbeşte, îţi vei aminti de ce s-a întâmplat şi cum te-ai simţit. Poţi să descoperi că ai totuşi ceva de spus. Întreab-o ce i-a plăcut la film sau la cină. Când o laşi să vorbească despre asta, ea va putea să te aprecieze mai mult. Ascultând-o vorbind despre întâlnire, vei obţine o notă mai bună decât cea primită pentru invitaţia în oraş. Dacă o suni înainte să te sune ea, obţii puncte în plus.

Dacă răspunde robotul, spune-i că te-ai simţit bine la întâlnire, iar apoi roag-o să te sune, spunându-i între ce intervale eşti disponibil.

2. Sun-o să vezi cât eşti de atras de ea

Bărbaţii fac în mod obişnuit greşeala de a crede că sunt mai puţin atraşi de o femeie decât sunt în realitate. După o întâlnire, e bine să te mai întâlneşti o dată cu ea, doar pentru a vedea în ce măsură eşti de atras. Dacă nu te mai întâlneşti cu ea a doua oară, cel puţin sun-o şi vorbeşte cu ea pentru a vedea cum te simţi când faceţi asta. Câteodată, felul în care reacţionează la telefon te poate cuceri şi poate reaprinde sentimentele pe care e posibil să le fi uitat. Dacă suni o femeie după o întâlnire, nu înseamnă că trebuie s-o inviţi din nou în oraş. E în regulă să fii nesigur. Dacă ea face greşeala de a întreba, spune că eşti ocupat săptămâna asta.

Deşi mulţi dintre noi fac judecăţi pripite la prima întâlnire, pentru unii ele nu sunt mereu corecte. În general, dacă atracţia nu a dispărut după o întâlnire, nu e numai bine, ci şi distractiv ca ea să continue. Ţineţi minte: dacă ieşi de câteva ori în oraş cu o

femeie nu înseamnă că o duci de nas. Acest lucru se întâmplă numai dacă eşti siguri că nu este persoana potrivită pentru tine şi dacă te comporţi ca şi cum ar fi.

Aşa cum am văzut deja, când te simţi nesigur, e important să continui relaţia până când atracţia dispare sau creşte. Dacă continui o relaţie până când devine una stabilă, capacitatea de a discerne şi de a fi atras de persoana potrivită va creşte pe viitor. Acest antrenament e deosebit de important pentru oamenii care se trezesc în mod repetat atraşi de persoane care îi dezamăgesc. De fiecare dată când sunteţi capabili să vă urmaţi sentimentul de atracţie şi, mai apoi, după ce ajungeţi să vă cunoaşteţi partenerul, iar acesta pleacă, vă pregătiţi cu adevărat să fiţi atraşi de persoana potrivită.

3. Sun-o din curtoazie, ca o expresie a bunelor tale maniere

Chiar dacă nu eşti sigur că vrei să continui relaţia, rămâne la fel de important să suni. Spune-i că v-aţi simţit bine. Pe planeta ei, asta înseamnă să ai maniere. Nu înseamnă că vrei să te căsătoreşti cu ea. Ea va aprecia gestul, şi la fel va face şi următorul bărbat care o va curta.

Aşa cum bărbaţilor le place să fie încurajaţi ştiind că partenera lor s-a simţit bine, femeile simt nevoia de a se reasigura de faptul că sunt demne de a fi iubite. Dacă o suni şi îi spui că te-ai simţit bine, şi ea se va simţi bine. De fiecare dată când te abaţi din drum pentru a împlini nevoile unei femeie, acest lucru te va face mai atrăgător în ochii tuturor femeilor.

Chiar dacă nu ieşi cu ea în oraş, dacă îi ceri unei femei numărul de telefon, asigură-te că o suni. Altfel, nu vei fi decât încă un nemernic, înrăutăţind situaţia tuturor celorlalţi bărbaţi. Dacă îi ceri numărul de telefon unei femei, măcar sun-o.

Când un bărbat îi cere unei femei numărul de telefon, trebuie măcar s-o sune.

Destul de des, bărbaţii nu sună când nu se gândesc să continue relaţia întrucât cred că a suna o femeie pentru a o respinge poate fi considerat un gest arogant. Ei presupun că ar fi oarecum insultător să sune, fiindcă, pentru ei, a presupune că

partenera i-a plăcut şi ar vrea ca ei să continue relaţia, ar însemna să fie aroganţi.

Pentru mulţi bărbaţi, a ieşi în oraş cu o femeie seamănă cu cumpărarea unei case. Dacă sunteţi în căutarea casei ideale, când vizitaţi o casă, nu-l sunaţi pe proprietar să-i spuneţi că nu sunteţi interesat. Nimănui nu-i pasă ce credeţi despre casă atât timp cât nu mergeţi să o vedeţi de mai multe ori şi nu faceţi o ofertă de preţ.

În mod asemănător, dacă un bărbat a făcut curte în mod susţinut mai multor femei, în general va simţi nevoia de a pune punct relaţiilor în mod oficial, cu un telefon. Totuşi, pentru că unii bărbaţi nu ştiu cum să termine în mod diplomat relaţiile, nu sună.

Un bărbat s-ar putea să creadă că, nesunându-şi partenera, o scuteşte de experienţa de a fi respinsă în mod direct. Un prieten de-al meu a fost extrem de surprins când, ani buni mai târziu, o femeie şi-a adus aminte de el foarte enervată de faptul că n-o mai sunase după câteva întâlniri.

În general, bărbaţii consideră că, nesunându-şi partenera, pun punct relaţiei în mod diplomatic.

Bărbaţii tind să dea ceea ce le-ar plăcea să primească. Dacă o femeie nu vrea să iasă în oraş cu ei, în general bărbaţii nu vor să fie sunaţi şi să li se spună acest lucru în mod direct. Ei îşi sună de câteva ori partenera, iar în general ea spune că e ocupată sau că se întâlneşte cu altcineva, aşa că el renunţă. Bărbaţii nu se plâng prietenilor că nu au fost sunaţi de partenerele lor. Şi totuşi, femeile se simt neglijate şi nerespectate când bărbaţii nu sună, mai ales când aceştia spun că o vor face sau când nu au pus punct în mod clar relaţiei la ultima întâlnire.

Acesta este motivul pentru care femeile sunt enervate. Dacă întâlnirea a mers extraordinar, el nu sună; dacă nu e sigur, nu sună; dacă vrea să pună punct relaţiei, nu sună. Nu e de mirare că întâlnirile pot fi motiv de frustrări şi dezamăgiri.

Un alt motiv pentru care bărbaţii nu sună este că nu vor să închidă toate uşile în urma lor. Ei cred, în mod greşit, că nesunând şi nerefuzând-o în mod oficial, dacă mai târziu se răzgândesc, ea va fi receptivă la o nouă invitaţie în oraş. Când bărbaţii sunt nesiguri,

abordarea lor poate fi de aşa natură încât nimic să nu poată fi folosit împotriva lor. Ei ştiu din experienţă că femeile ţin minte tot. Ceea ce nu ştiu e că ele ţin minte şi când nu sună.

Unii bărbaţi amână să-şi sune partenerele pentru că nu sunt siguri şi nu vor să închidă toate uşile în urma lor.

Uneori, când bărbaţii nu sunt siguri, ei vor amâna pur şi simplu să sune. Le place să se gândească pe îndelete înainte de a se implica. Nu vor să le ducă de nas pe femei şi să le dezamăgească. Ironia situaţiei e că, uneori, a nu suna echivalează cu a le face să aştepte şi a le supăra chiar mai mult. Un telefon prin care să li se arate că există face foarte mult.

Uneori, bărbaţii ştiu în mod clar că nu vor să se mai întâlnească încă o dată cu o femeie, dar nu vor s-o respingă sau s-o rănească. Bărbaţilor le place să le facă pe plac femeilor, nu să le dezamăgească. Majoritatea bărbaţilor nu ştiu cum să sune şi să spună: „M-am simţit foarte bine; mulţumesc şi să ai noroc." Pentru un bărbat, pare foarte ciudat să spună: „Să ai noroc în viaţă." sau „Nu cred că o să vreau să te mai invit în oraş din nou." Mai ales când ea întreabă: „De ce?".

Pentru un bărbat, pare foarte ciudat să spună: „Să ai noroc în viaţă.".

Numai gândul că ea va întreba: „De ce nu vrei să mă cunoşti mai bine?" e supărător. Bărbaţii nu ştiu ce să răspundă la o asemenea întrebare. Ei ştiu în mod instinctiv că e total nepotrivit să dai cuiva o listă de motive pentru care nu-l placi. Dacă chiar are nevoie de un astfel de răspuns, ar trebui să întrebe o prietenă. Nu e treaba lui, mai ales dacă nu vrea să continue relaţia.

În general, bărbaţii nu ştiu că dacă ea îi întreabă „de ce?", ei pot să rămână politicoşi, spunând ceva de felul: „Nu cred că sunt persoana potrivită pentru tine." şi repetând acest lucru dacă ea insistă cu întrebarea. E un răspuns politicos şi destul de bun. Dacă nu ai nimic destul de bun de spus, nu spune nimic. Pentru a fi suficient de clar, când nu vrei să continui o relaţie, un răspuns simplu e destul: „Nu simt că între noi e destulă atracţie pentru a continua relaţia."

Fie simţi, fie nu simţi destulă atracţie pentru a continua o relaţie. Nu are nimic a face cu cealaltă persoană. Unora le plac portocalele, unora nu. Că îţi plac sau nu portocalele, nu are nimic de-a face cu valoarea lor intrinsecă; are de-a face cu tine. Nu e nimic în neregulă cu tine sau cu ele dacă nu îţi plac portocalele.

În prima etapă (atracţia), dacă nu eşti interesat să curtezi o femeie, cea mai simplă şi uneori cea mai bună modalitate de a i-o spune este de a o suna şi a-i lăsa un mesaj pe robotul telefonic, la o oră când ştii că e la serviciu. E o soluţie minunată şi majoritatea femeilor vor aprecia foarte mult faptul că cel puţin le-ai sunat, în loc să le ignori şi să le laşi să se întrebe dacă o să suni sau nu.

În cea de-a doua etapă (nesiguranţa), dacă nu eşti sigur că vrei să continui relaţia, e încă un lucru acceptabil să îi laşi un mesaj. În acest caz, recunoşti pur şi simplu adevărul, adică faptul că te-ai simţit foarte bine cu ea şi că o vei suna peste câteva săptămâni.

În cea de-a treia etapă, când ai o relaţie bazată pe exclusivitate, nu e deloc acceptabil să-i laşi un mesaj. Despărţirea trebuie să se facă faţă în faţă. Indiferent cât de dificil şi de dureros va fi, ea are nevoie de ocazia de a reacţiona şi de a se face auzită. O merită şi va aprecia faptul c-o asculţi.

ZECE LUCRURI POLITICOASE PE CARE SĂ I LE SPUI LA TELEFON

Chiar şi atunci când bărbatul e motivat să-şi sune partenera, n-o face pentru că pur şi simplu nu ştie ce să spună. Fie că nu eşti sigur că eşti interesat, fie că eşti sigur că nu eşti interesat, iată câteva moduri politicoase de a spune adevărul şi de a păstra o atitudine pozitivă:

1. Timpul va clarifica totul

„Mi-a făcut cu adevărat plăcere să te cunosc. M-am simţit extraordinar cu tine la petrecere. Ne mai vedem."

Astfel, îi spui că nu eşti interesat să ai o relaţie cu ea în acel moment, dar nu închizi toate uşile în urma ta.

2. Să ai noroc

„Mulţumesc mult pentru că ai ieşit cu mine în oraş. A fost o plăcere să te cunosc. M-am simţit foarte bine. Să ai noroc şi sper să te descurci cu şcoala (sau cu proiectul acela etc.)."

E un mod politicos şi amabil de a-i spune că nu vei continua relaţia, fără a menţiona cuvântul „relaţie". Bărbaţii nu se simt bine să spună: „Nu voi continua relaţia asta." Această abordare nici nu-i împiedică s-o sune mai târziu dacă vor să se mai întâlnească cu ea.

În loc să spui: „Noroc în viaţă", e bine să personalizezi mesajul, urându-i noroc pentru ceva mai personal, ca de exemplu pentru excursia pe care o planifică, pentru situaţia din familie sau pentru un proiect de la serviciu. Iată alte câteva exemple:

„Îţi urez noroc şi sper că afacerea ta va merge bine."

„Îţi urez noroc şi drum bun până la fratele tău."

„Îţi urez noroc şi sper că se rezolvă cu bine problema cu proprietarul casei."

„Îţi urez noroc şi ţine minte să bei multă apă ca să-ţi treacă răceala."

„Îţi urez noroc şi distracţie plăcută în vacanţă."

„Îţi urez noroc şi sper să-ţi găseşti cheile de la garaj."

3. Amânarea

„M-am simţit minunat ieri. Am o mulţime de lucruri de făcut la serviciu (sau am un program foarte încărcat) şi trebuie să mă concentrez pe asta acum. Probabil că n-o să pot să te sun câteva săptămâni. Dar aştept să ne vedem din nou."

Când ai un program încărcat la serviciu şi nu ai timpul sau energia necesare pentru a merge la întâlniri, un telefon prietenos prin care îi spui acest lucru va fi foarte apreciat. Ţine minte, ea nu ştie de ce n-o suni. Femeile apreciază în mod deosebit să suni pentru a le reasigura că totul este în regulă.

4. Implicarea într-o relaţie cu altă femeie

„Îmi pare foarte bine că te-am cunoscut. M-am decis că vreau să mă implic într-o relaţie cu altcineva, aşa că n-o să te mai sun. Mulţumesc pentru timpul minunat pe care l-am petrecut împreună; chiar m-am simţit bine."

Această abordare ar trebui folosită numai dacă e adevărat ce spui şi dacă te-ai întâlnit cu altă femeie de mai mult de trei ori. Şi chiar şi atunci, n-ar trebui folosită a doua zi după o întâlnire. Pentru o femeie poate fi şocant să audă că te-ai decis să te implici într-o relaţie cu o altă femeie după ce ai petrecut ceva timp cu ea. Deşi lucrul acesta se întâmplă des, pentru ea pare prea devreme şi o poate face să creadă că nu ţi-a păsat deloc de ea.

Chiar dacă după o întâlnire bărbatul s-a decis să se întâlnească cu altcineva, ar trebui să-şi acorde măcar câteva zile pentru a fi sigur. Între timp, după întâlnire, ar trebui s-o sune şi să-i spună că s-a simţit foarte bine cu ea. Apoi, după câteva zile sau o săptămână, ar trebui s-o sune şi să-i spună că s-a decis să se implice într-o relaţie cu altă femeie.

Niciodată să nu spui de ce te-ai decis să te implici într-o relaţie cu altă femeie. E dureros să ţi se spună de ce o altă persoană e mai atrăgătoare decât tine. E destul să spui că te-ai decis. Dacă vrea să ştie de ce, spune-i că ai senzaţia că nu eşti bărbatul potrivit pentru ea.

Nu-i spune cât de minunată e cealaltă femeie cu argumente de felul: „Oh, e perfectă pentru mine; e atât de frumoasă." sau „E atât de minunată". Nu e politicos nici să le compari spunând lucruri de felul: „Are mai mult timp pentru mine." sau „N-are toane." Această onestitate brutală e dureroasă şi nu se uită uşor. Chiar dacă ea spune că vrea să afle, lucrul rămâne încă nepotrivit şi necerut.

5. Nu eşti pregătit

„Mulţumesc pentru o întâlnire minunată. Mi-am dat seama că încă mă mai lupt cu o relaţie din trecut şi nu cred că sunt pregătit pentru noi întâlniri. Sper că nu te superi dacă te sun peste câteva luni. Chiar nu e momentul potrivit pentru mine."

Această explicaţie e folositoare mai ales atunci când încerci să-ţi dai seama dacă vrei să ai o relaţie exclusivă cu cineva. Odată ce crezi că ai putea vrea o relaţie exclusivă, e important să începi una şi să vezi dacă îţi place. E greu să decizi dacă vrei cu adevărat să fii fidel unei femei în timp ce te mai întâlneşti şi cu altele.

Odată ce crezi că ai putea vrea o relaţie exclusivă, e important să începi una şi să vezi dacă îţi place.

---

6. Nu eşti disponibil

„Chiar m-am simţit bine cu tine. Dar mi-am dat seama că nu sunt cu adevărat disponibil în acest moment. Îmi trebuie puţin timp pentru mine însumi. Aşa că nu te voi suna o bucată de timp."

Nu e nimic în neregulă cu descoperirea faptului că nu vrei să te întâlneşti cu cineva. În acest caz, asigură-te că îi spui şi ei; altfel, se va întreba ce nu a mers bine.

7. Eşti pregătit să mergi mai departe

„Chiar mi-a plăcut să-mi petrec timpul cu tine, dar cred că sunt pregătit să merg mai departe. Vroiam să-ţi spun că nu are nimic de-a face cu ceva ce ai spus sau ai făcut. Pur şi simplu mi-am dat seama că aveam nevoie de o schimbare. Mulţumesc şi sper să găseşti bărbatul potrivit."

Uneori nu suntem pregătiţi pentru o relaţie exclusivă. La un moment dat, dacă nu eşti pregătit, indiferent cât de bine merge relaţia, simţi nevoia de a merge mai departe. Dacă aşa stau lucrurile, e important să-i spui şi ei.

8. E un moment nepotrivit

„Chiar mi-a făcut plăcere să fiu cu tine. Dar nu cred că momentul este potrivit. Tu eşti în perioada în care pui punct unei relaţii. Te sun peste câteva luni. Sper ca lucrurile să se aranjeze în cazul tău."

Sau: „Mulţumesc pentru timpul minunat pe care l-am petrecut împreună. Mi-am dat seama că încă mai am de lucru pentru a pune punct ultimei mele relaţii şi nu ar fi corect faţă de tine.

Poate te sun peste câteva luni, când lucrurile se vor rezolva în ceea ce priveşte ultima mea relaţie."

Relaţiile de tranziţie sunt în regulă atât timp cât tu şi partenerul nu vă aşteptaţi la o relaţie bazată pe fidelitate. Ţineţi minte că atunci când o persoană tocmai a încheiat o relaţie, ea se simte, într-un anumit grad, goală pe dinăuntru şi caută să umple acest gol. Puterea de discernământ e la cel mai de jos nivel. Oamenii însetaţi sau flămânzi nu sunt foarte mofturoşi, dar odată ce se satură, devin din nou mofturoşi.

9. Nu eşti sigur

„M-am simţit minunat aseară. Vroiam să ştii că nu sunt sigur că vreau să am o relaţie în momentul acesta. Aşa că, probabil, n-o să te mai sun un timp."

Când eşti în cea de-a doua etapă şi nu eşti sigur în privinţa unei femei, e un gest frumos şi elegant să-i spui ce se întâmplă. E în regulă să fii nesigur, dar nu e în regulă s-o ignori şi să te porţi ca şi cum ea nu ar exista.

Dacă începe să-ţi pună o mulţime de întrebări – „Ce sentimente ai pentru mine?", „Mai ai pe altcineva?", „Am făcut ceva rău?", „S-a întâmplat ceva?" – nu trebuie să vorbeşti prea mult. În schimb, răspunde-i la întrebare cu o întrebare. Fă-o să vorbească şi ascult-o. A o asculta vorbind despre sentimentele ei te va ajuta să treci mai repede peste etapa nesiguranţei.

Dacă ea întreabă: „Ce sentimente ai pentru mine?", răspunde-i scurt: „Îmi place foarte mult de tine." Apoi întreab-o: „Tu ce simţi pentru mine?" şi apoi ascult-o.

Dacă întreabă: „Mai ai pe altcineva?", spune-i scurt: „Aşa cum am spus, pentru moment nu sunt sigur." Apoi întreab-o: „Tu mai ai pe altcineva în afară de mine?" şi apoi ascult-o.

Dacă întreabă: „Am făcut ceva rău sau care te-a supărat?", răspunde-i scurt: „Nu sunt sigur". Apoi întreab-o: „Eu am făcut ceva care să te supere?" şi ascultă-i răspunsul.

Dacă întreabă: „E vreo problemă despre care să nu fi ştiut?", răspunde-i scurt: „Nu sunt sigur". Apoi întreab-o: „E vreo problemă despre care să nu fi ştiut?" şi ascultă-i răspunsul.

Țineți minte, când sunteți în cea de-a doua etapă, pur și simplu nu vă dați seama că e momentul să reevaluați situația. Să experimentați diverse lucruri. Nu închideți ușile în spatele vostru și nu încercați să deschideți altele. Pentru bărbat e ocazia de a da înapoi atât cât consideră că are nevoie înainte de a se decide dacă vrea să meargă înainte spre cea de-a treia etapă, exclusivitatea, sau să se întoarcă la prima etapă, în care își urmează instinctele.

10. Nu suntem potriviți unul pentru celălalt

„Cred că e clar că nu suntem potriviți unul pentru celălalt, dar am vrut să te sun ca măcar să-ți mulțumesc și să-ți urez să fii fericită."

În primele două etape, atât femeia, cât și bărbatul ar trebui să se simtă liberi să experimenteze și să meargă mai departe. Până când relația nu e una exclusivă, nu e potrivit să-ți faci speranțe în privința continuării relației. Dacă un bărbat sau o femeie au astfel de așteptări, partenerul va fi în general îndepărtat de această atitudine.

Primele două etape sunt potrivite pentru a experimenta. Nimeni nu are nici o obligație. Nu ești vinovat dacă aștepți să treci mai departe. Câteodată, cea mai ușoară modalitate e de a spune pur și simplu: „Nu cred că suntem potriviți unul pentru celălalt" și de a merge mai departe.

Totuși, această a zecea modalitate de abordare se aplică, în general, pentru un bărbat care se află în cea de-a treia etapă și vrea să se despartă. El a avut timp să ajungă să-și cunoască partenera și simte că nu sunt potriviți unul pentru celălalt.

Toate cele zece modalități de abordare de mai sus ușurează trecerea de la o relație la alta până când găsiți persoana cea mai potrivită. Aceste abordări pot fi folosite și de către femei pentru a refuza într-un mod politicos invitațiile unui bărbat. Totuși, femeile pot spune și: „Nu sunt interesată să am genul acesta de relație cu tine. Aș prefera să rămânem prieteni." Această explicație e suficientă pentru un bărbat.

Pentru a pune punct unei relaţii, femeile pot spune:
„Nu sunt interesată să am genul acesta de relaţie cu tine.
Aş prefera să rămânem prieteni."

Această abordare din partea femeilor e foarte sigură pentru că, în majoritatea cazurilor, ele (spre deosebire de majoritatea bărbaţilor) vor să fie prietene cu bărbaţii. Chiar dacă nu vor cu adevărat să se implice prea mult într-o relaţie de prietenie, ele ştiu că dacă spun că vor să fie doar prieteni, bărbatul nu le va mai suna.

AVANTAJELE FAPTULUI DE A TRECE MAI DEPARTE

Deşi e vorba doar de bune maniere atunci când suni pe cineva pentru a pune punct unei relaţii, mai sunt şi alte beneficii. Felul în care terminăm o relaţie determină tipul de persoană de care vom fi atraşi data viitoare.

Dacă devenim indiferenţi faţă de sentimentele noastre pentru a pune punct unei relaţii sau dacă ne simţim puţin vinovaţi, atunci vom tinde să fim atraşi de acelaşi tip de partener şi data viitoare. Când punem punct unei relaţii cu inima uşoară, ne apropiem de găsirea partenerului ideal.

Dacă nu poţi termina cu uşurinţă o relaţie în prima sau în cea de-a doua etapă, atunci va fi şi mai greu să treci prin următoarele etape. Ţineţi minte şi de data aceasta că etapa atracţiei este o perioadă în care să vedeţi ce vă place şi ce nu, în care să vă cunoaşteţi pe voi înşivă şi să vedeţi ce vă doriţi. Capacitatea de a spune nu unei persoane care nu e potrivită pentru tine îţi îmbunătăţeşte abilitatea de a găsi persoana potrivită.

Capacitatea de a spune nu vă ajută să vă adaptaţi şi să vă îmbunătăţiţi abilitatea de a fi atraşi şi incitaţi de gemul de parteneri cu care aţi vrea să aveţi o relaţie de durată. Simplul fapt de a spune nu unei relaţii care nu este potrivită vă îmbunătăţeşte capacitatea de a fi atraşi de persoana potrivită.

16

A SUNA SAU A NU SUNA

În ziua de astăzi, femeile se află în căutarea unui nou tip de relaţii, diferit de cel pe care l-au avut părinţii lor. Ele vor comunicare la nivel intim şi dragoste de durată. Pentru a atinge acest scop, sunt necesare noi abilităţi. Astăzi, femeile nu trebuie să fie numai calde şi feminine, ci să se şi impună.

Multe femei de succes au învăţat să se impună pe plan profesional, dar încă se mai întreabă de ce sunt singure. Ele tot n-au învăţat să fie şi insistente *şi* feminine. Pentru majoritatea femeilor, acest lucru nu e uşor pentru că nu au modele pe care să le urmeze. Fie şi-au văzut taţii impunându-se, iar mamele înţelegătoare, fie invers: mamele lor erau cele care conduceau, iar taţii erau moi şi pasivi.

Multe femei încă nu au învăţat să fie şi insistente şi feminine.

Pentru cei din generaţia părinţilor noştri, era ceva de negândit ca o femeie să-i dea telefon unui bărbat. Gestul era considerat prea insistent şi lipsit de feminitate. Femeile erau avertizate de mamele lor să nu se lase prea uşor, să nu se arate prea disponibile, să nu fie prea înţelegătoare, căci altfel bărbatul nu le va respecta. Şi asta nu era o invenţie. Era şi este adevărat şi acum.

Când o femeie aleargă după un bărbat mai mult decât aleargă el după ea, acesta va încetini ritmul. De ce să rişte să eşueze când ei îi face plăcere să alerge după el? În mod automat, el se va relaxa mai mult şi va avea o atitudine mai pasivă în cadrul relaţiei. În loc să se gândească la ce şi-ar putea dori partenera lui, va începe să se gândească mai mult la ce îşi doreşte el. Schimbarea aceasta e foarte derutantă pentru femei pentru că abordarea ei insistentă avea succes pe plan profesional, dar dă greş la întâlniri.

Când o femeie aleargă după un bărbat, el se va relaxa în mod automat şi va avea o atitudine mai pasivă în cadrul relaţiei.

Aceste femei pur şi simplu nu-şi dau seama că bărbaţii trebuie să aibă succes în procesul de curtare pentru a vedea dacă ţin cu adevărat la o femeie. În mod categoric, o femeie care aleargă după bărbaţi reuşeşte din când în când să-i cucerească, dar, adesea, lucrurile nu decurg aşa cum sperase ea. Când cei doi se căsătoresc, iar femeia vrea să se relaxeze şi să fie pur şi simplu ea însăşi, el îşi pierde interesul.

În unele cazuri, după ce relaţia devine una stabilă, iar ea încetează să mai alerge după el, el are în sfârşit ocazia de a simţi dorinţa de a-şi mulţumi şi curta partenera. În acest caz, interesul lui pentru ea are în sfârşit ocazia de a creşte. Însă nu se întâmplă mereu aşa; cel mai adesea el îşi pierde pur şi simplu interesul.

Această tendinţă se manifestă şi în cazul întâlnirilor. Destul de des, femeia decide să pună punct relaţiei, iar bărbatul devine brusc mult mai interesat de ea. Apoi, ea dă vina pe el pentru ce s-a întâmplat, căci nu înţelege ce rol a jucat ea în sabotarea relaţiei. Ea presupune în mod greşit că el nu e persoana potrivită fiindcă o doreşte mai mult după ce s-a decis să se respecte pe ea însăşi şi să nu mai alerge după el. Reînnoirea interesului lui pentru ea poate fi un semn important.

Destul de des, femeia decide să pună punct relaţiei, iar bărbatul devine brusc mult mai interesat de ea.

O sământă nu poate încolţi dacă nu i se oferă condiţiile potrivite. La fel, atracţia şi interesul pe care le simte un bărbat pentru o femeie nu pot creşte dacă ea e prea insistentă şi agresivă. Când o femeie nu mai aleargă după partenerul ei, îi dă acestuia ocazia de a găsi în sinea lui dorinţa de a o curta. În primele etape ale relaţiei, capacitatea lui de a fi interesat de ea e ca o lumânare ce arde: „Prea mult interes şi alergătură din partea ei pot foarte uşor să stingă lumânarea."

Cele cinci etape ale relaţiei vă asigură că nu trebuie să riscaţi în mod inutil. Înainte să vă căsătoriţi, veţi simţi că partenerul vă

cunoaşte cu adevărat, vă place, vă iubeşte *şi* încă mai este atras. Partenerul este interesat fără să trebuiască să faceţi trucuri sau să încercaţi să fiţi mai mult decât sunteţi. Toate acestea fiind zise, există totuşi modalităţi ca femeile să-şi sune partenerii fără să saboteze potenţialul unei relaţii.

Această problemă – dacă ar trebui sau nu ca femeile să-i sune pe bărbaţi – poate fi critică în determinarea rezultatului unei relaţii, mai ales în primele două etape ale acesteia. O înţelegere profundă a modului diferit în care gândesc şi simt bărbaţii şi femeile poate crea noi ocazii pentru ca femeile să fie insistente *şi* feminine.

OPŢIUNILE UNEI FEMEI

În general, când un bărbat întârzie cu telefonul mai mult decât se aşteaptă femeia, ea e supărată din două motive. Primul e că nu înţelege în mod instinctiv că el e de pe Marte şi nu înţelege codul bunelor maniere de pe Venus. Cel de-al doilea motiv al supărării ei e că a aşteptat zile la rând telefonul lui, simţindu-se neputincioasă. Vrea să-l sune, dar nu o face.

Toţi îi spun că nu trebuie să-l sune şi, în mod instinctiv, o parte din ea nu vrea să-l sune, dar cealaltă parte vrea. Într-o lume perfectă, s-ar simţi mai bine dacă ar suna-o el. Când sună el, ea se simte specială. Dacă ea trebuie să-l sune şi să-i pună întrebări pentru a se reasigura de sentimentele lui, indiferent de ce ar spune el, tot nu e la fel de plăcut ca atunci când sună el.

Dar situaţia nu e atât de fără speranţă. Dacă înţelegi bărbaţii, mai sunt şi alte opţiuni. Pentru a face timpul să treacă mai repede, ea are două variante, ambele fiind soluţii bune.

Prima variantă: umple-ţi timpul

Prima variantă este să-ţi umpli timpul cu activităţi şi relaţii astfel încât să nu aştepţi pur şi simplu lângă telefon. Nu poţi face o greşeală mai mare decât să-ţi încetezi viaţa socială pentru un bărbat. Bărbaţii sunt foarte interesaţi şi atraşi de femeile cu vieţi active, dar care sunt bucuroase să-şi facă puţin timp şi pentru ei. Bărbaţii sunt mai puţin atraşi dacă femeia are nevoie de el pentru

a-şi umple timpul. Ei sunt cel mai atraşi când ea are nevoie de ei pentru a le împărtăşi împlinirile ei.

Într-un anume grad, femeile ar trebui să se gândească la relaţiile de dragoste ca la un desert special şi să lase celelalte relaţii, cu prietenii şi membrii familiei, să fie felul principal, cu care să se sature. Când îşi dă seama că aşteaptă cu nerăbdare ca el să sune, e semn că trebuie să se concentreze pe găsirea împlinirii în celelalte relaţii ale ei.

A avea nevoie de un bărbat pentru orice lucru duce în final la sabotarea relaţiei cu el. Nici un bărbat nu poate satisface toate nevoile unei femei. E posibil ca el să creadă asta, dar n-o poate face şi e o mare greşeală să te aştepţi ca el s-o facă. Presiunea pe care o va simţi îl va îndepărta.

Cea de-a doua variantă: sună-l

Cea de-a doua variantă e de a-l suna. Pentru multe femei, această abordare n-a funcţionat niciodată şi, în consecinţă, nu sună. Unele femei continuă să sune, deşi cu asta nu ajută relaţia. Ele pur şi simplu presupun că oricum n-ar fi mers şi trec mai departe. Înţelegând cât de diferiţi sunt bărbaţii, e posibil să suni un bărbat şi să ai o conversaţie extraordinară, să te reasiguri de sentimentele lui şi să ajuţi relaţia să evolueze. Următoarele sfaturi vă pot fi de folos atunci când sunaţi un bărbat după o întâlnire:

ŞAPTE SFATURI PENTRU TELEFONUL DAT UNUI BĂRBAT DUPĂ O ÎNTÂLNIRE

1. Nu-l suna dacă eşti supărată pe el

În general, e o greşeală să suni un bărbat şi să te arăţi supărată că nu te-a sunat. Multe femei îi sună pe bărbaţi şi le spun cât de supărate sunt. Dacă bărbatul nu înţelege acest lucru, relaţia se termină. Din nefericire, acest lucru împiedică dezvoltarea naturală a relaţiei.

E o greşeală să suni un bărbat şi să te arăţi supărată că nu te-a sunat.

Dacă eşti supărată, atunci nu-l suna. Vorbeşte cu o prietenă dacă vrei să-ţi împărtăşeşti cuiva sentimentele. După ce ţi-ai vărsat năduful, te vei simţi probabil mult mai bine, mai ales dacă îţi aduci aminte că bărbaţii sunt de pe Marte şi că au instincte diferite. Ţineţi minte, motivul pentru care bărbaţii nu sună e că instinctele lor sunt diferite.

2. Nu pune întrebări

Aşa cum femeile se plâng când bărbaţii nu le sună, bărbaţii se plâng că femeile vorbesc despre relaţia lor.

Dacă bărbaţii nu sunt în faza în care se angajează în mod serios în relaţie, în general nu le place să vorbească despre relaţie sau s-o definească. Bărbaţii vor doar să trăiască clipa şi să lase lucrurile să evolueze. Vor ca relaţia să se dezvolte aşa cum cresc plantele. Nu ajută dacă scoţi sămânţa din pământ în fiecare zi pentru a vedea dacă a încolţit.

Aşa cum femeile se plâng când bărbaţii nu le sună, bărbaţii se plâng că femeile vorbesc despre relaţia lor.

Dar există o modalitate prin care femeile pot să obţină asigurările de care au nevoie. În loc să sune pentru a cere aceste asigurări, ar trebui să încerce să sune pentru a-i oferi bărbatului ceea ce ar putea el avea nevoie. Aşa cum o femeie apreciază foarte mult gestul bărbatului de a o suna pentru a o reasigura de faptul că e interesat de ea şi că s-a simţit foarte bine la întâlnire, un bărbat apreciază foarte mult dacă e încurajat cu mesaje din care să înţeleagă că a reuşit s-o facă fericită.

Nu sunaţi pentru a pune întrebări, ci pentru a-i împărtăşi sentimente pozitive. Dacă el nu simte că e presat să spună ceva pentru a o reasigura de sentimentele lui, atunci recunoştinţa naturală pentru sentimentele ei pozitive o va reasigura destul. Iată câteva exemple de întrebări pe care să nu le puneţi bărbaţilor:

Cinci întrebări pe care să nu le puneţi unui bărbat după prima întâlnire

Mai ai pe altcineva?

Acest lucru implică faptul că el n-ar mai trebui să se întâlnească cu alte femei. În prima etapă a relaţiei, atracţia, e perfect normal să te mai întâlneşti şi cu alte persoane. Dacă el se mai întâlneşte cu altcineva şi va trebui să mintă, acest lucru îl va împiedica să-şi dea seama de sentimentele pe care le are pentru tine. În prima etapă e nepotrivit să te simţi presat să te întâlneşti cu o singură persoană.

Vrei să petreci mai mult timp cu mine?

Întrebarea asta e prea îndrăzneaţă. Îl face să se simtă ca şi cum ai avea nevoie şi ai cere prea multe. Se simte acaparat de relaţie şi nu e mereu pregătit pentru asta. Ţineţi minte, vă aflaţi în prima etapă. În cea de-a treia etapă începem să ne gândim la angajamente şi la un posibil viitor împreună.

Te-ai simţit bine? Îţi place de mine? (Ambele întrebări o implică pe aceasta: *Ţi-ar face plăcere să ne întâlnim din nou?*)

Ele slăbesc poziţia femeii. Implică faptul că se simte nesigură şi că speră că l-a mulţumit pe bărbat. Mai implică şi o obligaţie: dacă ea l-a mulţumit pe el, şi el trebuie s-o mulţumească pe ea. Bărbatul trebuie să simtă în mod clar că nu e obligat în nici un fel să continue relaţia. În prima etapă a relaţiei nu există obligaţii.

Cât timp ai disponibil pentru o relaţie? (sau *Eşti ocupat săptămâna asta?* sau *Ce faci weekendul viitor?*)

Ce vă aşteptaţi să răspundă bărbatul? „Am o grămadă de timp liber pentru că viaţa mea e goală şi nu am prieteni"? Aşa cum acest răspuns l-ar face nedemn de a fi iubit, a pune această întrebare unui bărbat o face la fel de nedemnă de iubit şi de neatrăgătoare pe femeie. În prima etapă, orice indicaţie a faptului că femeia plănuieşte viitorul alături de bărbat e prematură şi îl poate îndepărta pe acesta. Această întrebare e la fel de nepotrivită ca a-l întreba prea

repede dacă vrea să se căsătorească şi să aibă copii. Bărbatul va da semne că vrea acest lucru când va fi pregătit s-o facă.

Când vrei să ne mai întâlnim?

E o întrebare prea îndrăzneaţă. Ai putea la fel de bine să-i ceri să se uite în agendă şi să programeze o întâlnire.

3. Fă comentarii pozitive

În loc să pui întrebări, secretul unei convorbiri telefonice reuşite e să faci comentarii pozitive. Dă-i de înţeles care sunt sentimentele tale; nu-l întreba care sunt ale lui. Dă-i de înţeles că te-ai simţit excelent; nu-l întreba cum s-a simţit el. Încercaţi să nu puneţi prea multe întrebări.

În loc să puneţi întrebări, faceţi afirmaţii PI – „pentru informare". Aceste comentarii nu cer şi nu implică vreo cerere de informare în privinţa sentimentelor şi intenţiilor lui. Iată câteva exemple:

Propoziţii pe care bărbaţii adoră să le audă

„Mi-a plăcut tare mult filmul, a fost extraordinar! Scena cu..."

„M-am simţit minunat aseară. Mâncarea de la restaurantul Greens a fost clar cea mai bună..."

„Spectacolul a fost minunat. Am luat CD-ul. A fost spectaculos. Cântecul meu favorit..."

„M-am simţit nemaipomenit în parcul de distracţii. Nu-mi vine să cred că n-am fost niciodată până acum. I-am spus surorii mele de roata aceea imensă..."

„Supa pe care am mâncat-o a fost excelentă. Nu-mi dau seama ce-au pus în ea. Cred că a fost cu vinete şi usturoi..."

„Îmi place la nebunie mâncarea chinezească. Mă bucur că ai ales restaurantul Jennie Low. M-am simţit atât de bine apoi..."

„Mulţumesc pentru rafturile pe care le-ai montat în garaj. Arată excelent. Mi-am pus toate albumele vechi acolo..."

„Mă bucur atât de mult că te-ai oprit să iei ceva dulce. A fost atât de bun..."

„Mi-am adus azi aminte de ce mi-ai spus aseară şi mi-am dat seama cât de logic era. Cred că o să...”

„M-am simţit atât de bine aseară.”

Drumul cel mai scurt spre inima unui bărbat presupune complimentarea şi aprecierea lucrurilor pe care le-a oferit femeii. Când un bărbat primeşte un răspuns bun la ceea ce face sau îi oferă acesteia, şansele ca el să fie atras de ea cresc. Aşa creşte afecţiunea unui bărbat pentru o femeie.

4. Vorbeşte despre ce s-a întâmplat, nu despre el

„Mi-a plăcut tare mult filmul pe care l-am văzut. A fost minunat...” (Iar apoi vorbeşte despre ce ţi-a plăcut la film.)

El se va gândi aşa: „I-a plăcut filmul. E distractiv să facem lucruri împreună. Îmi place de ea.” Dacă ea vorbeşte despre cele întâmplate, cuvintele ei îi vor ajunge direct la sufletul bărbatului.

Nu spune: „Mi-a plăcut foarte mult să petrecem timpul împreună.” Mesajul implicat de această întrebare e: „Ţi-a plăcut să-ţi petreci timpul cu mine? Ţi-ar plăcea să petrecem mai mult timp împreună?” El se poate simţi obligat să petreacă mai mult timp cu partenera lui, pentru a nu o face să se simtă respinsă. În loc să se concentreze pe succesul lui, se va gândi la cum să nu eşueze.

Bărbaţii sunt atraşi de succes. Când simt că reuşesc să-şi facă partenera să se simtă împlinită, devin mai atraşi de ea.

Discuţia despre film îi dă bărbatului libertatea de a se apropia de partenera lui fără să se simtă presat să petreacă mai mult timp cu ea. Dacă ea îi spune că i-a plăcut filmul, el poate participa la discuţie. Dacă ea îi spune că îl place, singura modalitate ca el să se apropie de parteneră e să fie arogant şi să admită că multor femei le place de el sau să se apropie de ea, spunându-i că şi lui îi place de ea. Iar a-i spune că o place e posibil să fie prea mult în acest stadiu al relaţiei. Cu cât se simte mai puţin presat să petreacă mai mult timp cu tine, cu atât va fi mai liber să-şi dorească să petreacă mai mult timp cu tine.

5. Lasă-l să vadă ce reacţie bună ai avut şi nu spune nimic de punctele negative

În prima etapă a relaţiei, lasă-l să-ţi vadă doar partea pozitivă. Când vorbeşti despre o întâlnire, lasă-l să vadă mai ales ce reacţie bună ai avut şi nu spune nimic de punctele negative. Altfel, el poate începe să-şi formeze părerea greşită conform căreia tu ai fi o persoană dificilă. Sentimentul că reuşeşte să te facă fericită e cel care-i permite unui bărbat să devină şi mai atras şi să se apropie şi mai mult din punct de vedere emoţional de partenera lui.

Bărbatul se apropie şi mai mult de partenera lui din punct de vedere emoţional pe măsură ce reuşeşte s-o facă fericită.

În general, femeile nu sunt conştiente de acest tip de gândire specific celor de pe Marte. Dacă filmul nu e bun, ele pot gândi ceva de felul: „Nu e totul pierdut; cel puţin putem vorbi despre cât de prost a fost." Indiferent dacă filmul a fost bun sau prost, ele de-abia aşteaptă să vorbească despre el.

Locuitoarele de pe Venus simt că legătura afectivă dintre ei se dezvoltă dacă se simt ascultate şi înţelese. După o întâlnire care a mers prost, femeile de-abia aşteaptă să vorbească despre ea în detaliu. În general, ele nu prea ştiu cum se va simţi partenerul lor în acest caz.

6. Nu da sfaturi, cere-le

Chiar dacă o femeie crede că bărbatului i-ar fi de mare folos sfatul ei într-o anumită problemă, ea trebuie să fie foarte atentă să nu dea sfaturi ce nu i-au fost cerute. Chiar dacă el întreabă, ea trebuie totuşi să fie atentă. Bărbaţilor le place să simtă că îşi pot ajuta partenera cu sfaturi; trebuie să simtă că au ceva de oferit. Când femeia îl ajută mai mult decât crede el că o poate ajuta pe ea, efectul e acelaşi ca atunci când femeia îi face curte bărbatului.

De asemenea, bărbaţilor nu le place nici când femeile citează un alt expert. Acesta este un alt mod de a da sfaturi. Îi citează pe alţii sau pe experţi pentru a demonstra ceva. Acest lucru îi poate îndepărta imediat pe bărbaţi. E în regulă dacă bărbatul îi cere un sfat, dar dacă femeia citează pe cineva când nu i-a fost cerut acest lucru, e chiar mai rău decât dacă i-ar fi dat sfaturi în mod direct.

Bărbaţii şi femeile aleg să aibă o relaţie din motive diferite. Bărbaţii sunt cel mai interesaţi de o relaţie când simt că au ceva de oferit şi de împărtăşit altei persoane. Când au o părere bună despre ei şi munca lor, atunci vor să împartă acest lucru cu o femeie. Cu cât un bărbat se simte mai competent în prezenţa unei femei, cu atât mai mult va fi atras de ea.

Pentru a creşte şansele ca un bărbat să fie atras de o femeie, dacă ea simte că ar avea nevoie de sfaturi în privinţa unui lucru, ar trebui să i le ceară lui. De fiecare dată când un bărbat simte că îşi ajută partenera, se va simţi mai mândru de el însuşi şi o va plăcea mai mult pe femeie. Cu cât femeia se arată mai interesată de ceea ce are de oferit bărbatul, cu atât el va fi mai interesat de ea.

Când ea îi cere un sfat, răspunsul ei e foarte important. Dacă ea nu e de acord cu sfatul lui sau nu îi place, trebuie să fie atentă să-şi lase partenerul să salveze aparenţele. El are nevoie să ştie măcar că i-a fost apreciată încercarea de a da sfaturi. Un alt bărbat ar şti în mod instinctiv cum să facă asta, dar femeile nu ştiu.

Fără a înţelege diferenţele dintre noi, femeile îi îndepărtează în mod obişnuit pe bărbaţi arătându-le ce nu e în regulă cu sfatul pe care l-au dat. Mai ales când nu vor să-i urmeze sfatul, femeile vor crede că e politicos să-i explice cu lux de amănunte de ce nu sunt de acord cu el. În final, el se va simţi frustrat, ca şi cum şi-ar fi pierdut timpul degeaba.

Dacă femeia nu e de acord cu sfatul lui sau nu-l apreciază destul pentru a-l folosi, iată câteva propoziţii care-i permit bărbatului să salveze aparenţele. Sunt genul de comentarii pe care orice bărbat le-ar face de faţă cu un altul, din respect:

„E o idee bună. Nu m-aş fi gândit la asta. Mersi. Mi-ai fost de ajutor."

„E foarte interesat. Mersi. O să-mi fie mai uşor acum să mă hotărăsc ce să fac."

„E clar că n-am privit problema şi din unghiul acesta. Asta o să mă ajute să mă hotărăsc ce să fac. Mersi."

„Mi-ai fost de mare ajutor. Nu mi-am dat seama de asta... Cred că acum sunt mai aproape de luarea unei decizii."

„E bună ideea. Mă ajută să iau într-un final decizia."

„Corect. Mă bucur că am vorbit cu tine. Punctele de vedere diferite mă ajută să-mi clarific unele lucruri. Mersi."

7. Nu te oferi să-l ajuţi în orice fel, ci cere-i ajutorul

Cu cât bărbaţii reuşesc să ajute mai mult o femeie, cu atât vor fi mai atraşi de ea. Iar femeia va fi şi ea mai atrasă de un bărbat care o ajută. Apoi, ea inversează în mod greşit rolurile şi presupune că dacă şi ea îi va fi de ajutor lui, el va fi mai atras de ea. Dar asta nu e adevărat.

Cu siguranţă, bărbatul va aprecia ajutorul unei femei dacă i l-a cerut, dar a-ţi oferi ajutorul poate avea efect invers, făcându-l pe bărbat să se simtă cocoloşit şi alintat. În general, dacă un bărbat are nevoie de ajutor, îl cere. Când o femeie se oferă să-l ajute, poate foarte uşor părea prea dornică să-i câştige afecţiunea sau îl poate chiar insulta.

Pe Marte, oamenii nu se oferă să ajute pe cineva dacă nu li s-a cerut acest lucru. A te oferi să ajuţi un bărbat să care o cutie implică faptul că el nu are forţa de a o face singur. A ajuta un bărbat să rezolve o problemă implică faptul că el nu are competenţa de a o rezolva singur. Bărbaţii sunt foarte mofturoşi când e vorba să fie ajutaţi pentru că le place cu adevărat să demonstreze că se pot descurca singuri, dacă pot. Dacă nu pot, atunci e în regulă să ceară ajutor, lucru pe care îl vor şi face.

A ajuta un bărbat să rezolve o problemă implică faptul că el nu are competenţa de a o rezolva singur.

Când vorbiţi direct cu un bărbat, faţă în faţă sau la telefon, e important să ţineţi minte să nu vă oferiţi să-l ajutaţi sau să sugeraţi să ceară ajutor cuiva. Acest lucru îl poate îndepărta foarte uşor. Bărbaţii nu sunt proşti. Ei ştiu că pot primi sfaturi.

Îmi amintesc că odată, când încercam să repar closetul, soţia mea a simţit că sunt frustrat şi a venit în speranţa că mă poate ajuta. După un timp, mi-a spus: „Fac pariu că dacă l-ai suna pe instalator el ar şti ce să facă." În mintea ei, ea vroia doar să-mi spună că nu e nevoie să-l repar eu. Deşi ea nu făcea decât să fie politicoasă, aşa

cum se face pe planeta ei, pentru cei de pe Marte era o insultă. Ştiam deja că pot să-l sun pe instalator. N-aveam nevoie să-mi aducă ea aminte. Cel mai bun lucru pe care l-ar fi putut face ar fi fost să-mi ignore frustrarea şi să-şi vadă de treburile ei.

Când o femeie îi dă telefon unui bărbat, trebuie să ştie foarte clar un lucru: dacă îl sună pentru a-şi oferi ajutorul, îl pierde; dacă îl sună pentru a-i cere ajutorul, el se va simţi complimentat.

CUM SĂ INVIŢI UN BĂRBAT ÎN ORAŞ

Cu această înţelegere profundă a personalităţii masculine, devine clar de ce lucrurile merg cel mai bine dacă bărbatul e cel care o invită în oraş pe femeie. Sunt însă şi câteva moduri în care femeile îi pot invita în oraş pe bărbaţi fără a fi prea agresive şi fără a risca să devină ele cele care fac curte.

În loc să-l invite la o întâlnire romantică, i-ar putea cere s-o ajute cu ceva sau s-o întovărăşească undeva. Atât timp cât ea îi cere ceva care îi face viaţa mai confortabilă şi care o face să se simtă împlinită, atunci e în regulă să-i ceară aceste lucruri. În mod ideal, cererea ar trebui să fie una practică, iar nu romantică. Iată câteva exemple:

„Mă ajuţi, te rog, să aleg un grătar weekendul acesta?"

„Mă ajuţi, te rog, să mut nişte cutii în garaj?"

„Mă ajuţi, te rog, să schimb becurile din grădină?"

„Mă ajuţi, te rog, să-mi cumpăr o maşină?"

„Citeşti, te rog, articolul acesta pe care l-am scris şi-mi spui ce crezi despre el?"

„Poţi să mă iei cu maşina dacă o las pe a mea la service?"

„Mă ajuţi să repar instalaţia electrică din pod? Nu funcţionează."

„Am fost răcită. Poţi să-mi aduci ceva de la un restaurant? Nu cred că ar fi bine să ies din casă în seara asta."

„Poţi, te rog, să vii cu mine la aeroport să iau un pachet?"

„Mă ajuţi, te rog, să le dau de mâncare cailor astăzi? Fratele meu s-a îmbolnăvit."

„Mă ajuţi, te rog, să-mi duc câinele la veterinar? S-a îmbolnăvit rău de tot. Nu vreau să merg singură."

„Mă ajuţi, te rog, să-mi iau un calculator nou?"

„Mă ajuţi, te rog, să-mi cumpăr un casetofon nou?"

„Mă ajuţi, te rog, cu aparatul video?"

„Mă ajuţi, te rog, să mut nişte mobilă?"

În fiecare dintre aceste exemple, bărbatul are ocazia de a-i fi prieten, dar, şi mai important, femeia a reuşit să creeze o bună ocazie pentru ca el să se simtă util şi astfel să fie mai atras de ea. În Capitolul 17, vom vedea mai de aproape care e dinamica lucrurilor ce îl fac pe bărbat să fie mai interesat de o femeie.

17

BĂRBAŢILOR LE PLAC FEMEILE CARE ZÂMBESC

Ceva greu de definit se trezeşte în inima unei femei când un anumit bărbat se uită la ea într-un anumit fel. În mod asemănător, ceva se întâmplă în inima unui bărbat când o femeie zâmbeşte sau râde într-un anumit fel sau când pur şi simplu trece pe lângă el atingându-l. Acel ceva nedefinit poate fi explicat: bărbatul e incitat când radierea unei femei îl face să se simtă mai bărbat; femeia e incitată când atenţia pe care i-o dă un bărbat o face să se simtă mai femeie.

În final, bărbatul e cel mai atras de o femeie când ea îl face să se simtă bărbat. La fel, femeia e cel mai atrasă de un bărbat când prezenţa lui o face să se simtă femeie. Cea mai mare calitate pe care şi-o pot dezvolta femeile şi bărbaţii pentru a crea atracţia este capacitatea de a scote la iveală cât mai mult din ceea ce partenerul lor este.

Când o femeie îl face pe bărbat să se simtă bărbat, corpul lui e prins de focul dorinţei de a se apropia mai mult de ea, hotărându-se astfel s-o curteze. Se simte inspirat să fie mai bun şi e motivat să-i satisfacă dorinţele: vrea să fie cu ea, să o cunoască mai bine şi brusc, într-un fel ce ţine mai mult de magie, viaţa lui devine mai plină de sens. E incitat de gândul de a o cuceri şi e încurajat de un sentiment instinctiv care-i spune foarte încrezător: „Pot s-o fac fericită." Cum el e atras ca un magnet de ea, ea scoate la iveală ce are el mai bun.

E incitat de gândul de a o cuceri şi e încurajat de un sentiment instinctiv care-i spune foarte încrezător: „Pot s-o fac fericită."

Când un bărbat face o femeie să se simtă mai femeie, mintea ei e stimulată şi intrigată; se simte plină de căldură şi tandreţe,

dar şi vulnerabilă; inima începe să i se deschidă când îşi aduce aminte că e specială; e incitată la gândul că e văzută, auzită, dorită şi reasigurată că poate primi ceea ce îşi doreşte şi ceea ce are nevoie. Cum ea e atrasă ca un magnet de el, interesul lui activ scoate la iveală ce are ea mai bun.

Femeia e incitată la gândul că e văzută, auzită, dorită şi reasigurată că poate primi ceea ce îşi doreşte şi ceea ce are nevoie.

Sentimentul de a fi inspiraţi să fim cât de buni putem poate face ca întâlnirile şi relaţiile să ne facă să ne simţim atât de împliniţi. Pentru mulţi, aceste sentimente bune dau din când în când rezultate. Câteodată dau, câteodată nu. Înţelegând dinamica lucrurilor care îi fac pe bărbaţi şi pe femei să fie atraşi unii de alţii, întâlnirile pot începe nu doar să ne satisfacă dorinţa de intimitate, dar ne şi ajută să descoperim şi să exprimăm cele mai bune aspecte ale persoanei noastre.

Ceea ce îi permite unei femei să scoată la iveală ce e mai bun într-un bărbat poate fi rezumat astfel: strălucirea feminină. În general, când o femeie radiază, ea e întruchiparea celor trei caracteristici de bază ale feminităţii: încredere în sine, receptivitate şi deschidere. Aceste trei caracteristici sunt cele care îl fac pe bărbat să fie cel mai atras de ea.

O prezenţă masculină îi permite unui bărbat să scoată la iveală ce are mai bun o femeie. În general, când un bărbat are o prezenţă masculină, el întruchipează cele trei caracteristici principale ale masculinităţii: încrederea în sine, hotărârea şi responsabilitatea. Aceste trei caracteristici sunt cele care le fac pe femei să fie cel mai atrase de el. Înţelegând aceste caracteristici, putem începe să vedem de ce unele întâlniri funcţionează şi unele nu. Având această viziune din interior, putem găsi puterea de a atrage persoana potrivită.

CÂND FEMEILE SUNT DE PE MARTE

După ce au citit cartea *Bărbaţii sunt de pe Marte, femeile sunt de pe Venus*, unele femei şi-au dat seama că şi ele erau de pe

Marte şi că acesta era motivul principal pentru care nu-l atrăgeau pe bărbatul ideal. Când am descris modul în care gândesc şi simt bărbaţii, acesta era şi modul în care gândeau şi simţeau ele. În mod clar, o parte dintre ele avea legătură cu locuitoarele de pe Venus, dar aceasta nu reprezenta o parte importantă din viaţa lor.

Această schimbare de roluri e un lucru foarte obişnuit, mai ales în cazul femeilor active şi foarte devotate carierelor lor. La un moment dat, ele vor să se căsătorească, dar continuă să se implice în relaţii cu „tipi care nu-şi iau angajamente". Ironia e că mulţi dintre aceşti bărbaţi care nu-şi iau angajamente vor căuta pe altcineva şi se vor căsători imediat cu altcineva. Aşa cum vom vedea, relaţiile nu se menţin şi nu se rup din cauze ce ţin de felul nostru de a fi, ci de cel în care exprimăm şi comunicăm acest fel de a fi.

Când o femeie are o mai pronunţată parte masculină, va putea în mod clar să-l facă pe bărbat să se simtă bine, dar nu va putea niciodată să scoată la iveală ce are el cu adevărat mai bun. Numai când va avea răbdarea şi cunoştinţele ce-i permit să-şi dezvolte şi să-şi exprime calităţile specifice locuitoarelor de pe Venus, va putea să scoată la iveală bărbatul din el. Nu e un lucru automat, pentru că femeile din ziua de azi sunt presate să fie precum bărbaţii la serviciu. În funcţie de cât de stresant le este serviciul, le poate fi foarte dificil să se schimbe şi să aibă din nou sentimente şi caracteristici feminine.

Chiar şi atunci când cred că sunt de pe Marte, femeile tot de pe Venus sunt. În sufletul lor există încă toate caracteristicile feminine. Cu puţină atenţie la aceste calităţi, ele pot şi vor reveni la viaţă. Intrând în contact cu sentimentele şi caracteristicile ei feminine *şi* având puţin exerciţiu în practicarea unei versiuni venusiene a întâlnirilor, o femeie va deveni în mod automat mai atrăgătoare pentru bărbatul potrivit.

FEMEILE PUTERNICE, CARE SE IMPUN

Femeile puternice, independente, de succes, care se impun au adesea dificultăţi în a găsi bărbatul potrivit şi, mai apoi, în a menţine relaţia, în principal pentru că exact calităţile care le permit să aibă succes pe plan profesional le fac să eşueze pe plan

sentimental. Când o femeie poate urmări în mod activ un scop la serviciu, va reuşi, însă dacă urmăreşte în mod activ un bărbat (iar ea se poate întâlni cu mulţi bărbaţi), mereu va lipsi ceva. Iar ceea ce lipseşte este ceea ce poate apărea numai când bărbatul simte că el este vânătorul.

Deşi nu e nimic rău în mod intrinsec cu o femeie care are calităţile specifice celor de pe Marte, acest lucru va avea efecte negative dacă ea nu are câteodată şansa de a fi feminină. Găsirea unui echilibru între aspectele specifice celor de pe Marte şi celor de pe Venus e esenţială. Mai ales atunci când femeia trebuie să fie ca marţienii la serviciu, e chiar mai important decât oricând ca ea să se întoarcă acasă la o relaţie care s-o facă să se simtă mai feminină.

În timp ce mersul la întâlniri şi găsirea unei relaţii care să le facă să se simtă împlinite pot fi mai dificile pentru aceste femei, toate femeile de succes au o incredibilă capacitate de a se auto-corecta. Tot ce are nevoie femeia este o cunoaştere şi o înţelegere completă a problemei, pentru a începe imediat s-o rezolve. În acest caz, nimic nu e distrus cu adevărat în sufletul ei, dar ceva e neglijat. Identificând în mod clar cele trei calităţi ale locuitoarelor de pe Venus şi asigurându-le condiţii de a se dezvolta prin intermediul întâlnirilor, femeile pot schimba mersul lucrurilor şi pot începe să se bucure de succes în ambele domenii – serviciu şi relaţii. O femeie puternică şi care se impune poate fi foarte atrăgătoare, dar trebuie să înveţe să-şi folosească puterea într-un mod feminin.

Fie că o femeie are mai multe însuşiri caracteristice celor de pe Marte, fie celor de pe Venus, conştientizând cele trei calităţi feminine şi aplicând strategiile valabile la întâlniri pentru fiecare din ele, va ajunge la acelaşi rezultat. Nu numai că va începe să scoată la iveală ce e mai bun în bărbaţii, dar va avea o mai bună imagine despre ea şi se va simţi mai bine la întâlniri.

Uneori, când femeile aud de aceste noi modalităţi de abordare a întâlnirilor, simt că au făcut ceva greşit. În loc să vă concentraţi pe eşecuri, aduceţi-vă aminte că acum aveţi ocazia de a schimba tiparele întâlnirilor, tipare pe care e posibil să le fi repetat la nesfârşit. Dacă nu identificaţi lucrurile care nu au funcţionat şi ce puteţi face pentru a le repara, şansa ca o schimbare să se petreacă e nulă. Chiar dacă unele dintre aceste lucruri

pot zdruncina modelul după care întotdeauna aţi relaţionat cu bărbaţii, daţi-le o şansă şi vedeţi cum funcţionează.

PRIMA CALITATE: ÎNCREDEREA ÎN SINE

Prima calitate care face ca o femeie să fie atractivă e încrederea de sine. Majoritatea femeilor au observat că există şi nişte femei speciale care învârt bărbaţii pe degete. Se întreabă cum de reuşesc: „Bărbaţii aceia ar face tot ce vor ele."

Aceste femei speciale au în permanenţă un aer graţios şi emană încredere. Au încredere în ele. Se respectă pe ele însele şi presupun că şi ceilalţi le vor respecta. O femeie încrezătoare în forţele ei ştie că celorlalţi le pasă şi că vor să o sprijine. Nu se simte singură. Se simte sprijinită de prieteni, familie şi bărbaţi. În mintea ei, toţi bărbaţii sunt potenţiali parteneri până la proba contrarie.

Când nu e respectată, n-o ia în tragic, ci trece mai departe. Îşi dă seama că încă mai merită ceea ce are nevoie şi încearcă cu graţie altă abordare pentru a obţine acele lucruri. Dacă eşuează, va căuta repede sprijin în altă parte. Nu se aşteaptă ca totul să fie perfect şi e deschisă să găsească noi căi de a obţine mai mult din ceea ce îşi doreşte.

Unele femei au în mod natural încredere în ele. S-au născut cu această atitudine, exact aşa cum unii cântăreţi s-au născut cu o voce incredibilă. Pentru majoritatea femeilor, această atitudine trebuie însă dezvoltată şi cultivată. Ea e deja în sufletul femeii; are nevoie doar de ocazia de a ieşi la suprafaţă şi de a fi exercitată. Conştientizând modul în care arată şi se simte, femeia poate începe să-şi descopere încrederea în sine şi să dea glas acestei părţi a ei.

Încrederea de sine e o atitudine care presupune că veţi obţine lucrurile de care aveţi nevoie şi că în acest moment sunteţi în curs de a le obţine. E diferită de încredere. Încrederea presupune că poţi face ceea ce ţi-ai propus să faci, chiar dacă trebuie să faci totul de unul singur, fără ajutor. Încrederea în sine presupune că ceilalţi sunt disponibili şi vor să te ajute, deci nu trebuie să faci totul de unul singur. Când o femeie se arată prea încrezătoare în ea şi e prea independentă, uneori e un semn că nu e deloc sigură că ceilalţi o sprijină şi trebuie, deci, să facă totul singură. Având

conştiinţa acestui lucru, ar putea începe să se deschidă faţă de ceilalţi pentru a le primi sprijinul, iar nu să se izoleze de ei.

Încrederea de sine e o atitudine care presupune că veţi obţine lucrurile de care aveţi nevoie şi că în acest moment sunteţi în curs de a le obţine.

Când femeile observă o femeie foarte încrezătoare în ea, presupun că aceasta se simte aşa fiindcă poate oricând primi sprijinul unui bărbat. Deşi e şi ceva adevăr în asta, lucrurile se întâmplă invers. Când femeia are încredere în ea, sprijinul vine de la sine. Când o femeie se poartă şi interacţionează cu bărbaţii plecând de la ideea că va fi respectată aşa cum se cuvine, că va primi sprijinul de care are nevoie şi că e deja demnă de acest sprijin, automat va scoate la iveală ceea ce au bărbaţii mai bun.

Când femeia are încredere în ea, sprijinul vine de la sine.

Pe măsură ce femeile capătă încredere în forţele lor, ele nu mai sunt atrase de bărbaţi care nu le pot răspunde aşa cum ar merita. Nu înseamnă că bărbaţii devin brusc perfecţi pentru ele sau că ele găsesc bărbaţii perfecţi; e mai degrabă vorba de faptul că sunt capabile să scoată la iveală ce au bărbaţii mai bun.

De ce îşi păstrează bărbaţii interesul

Când un bărbat e interesat în mod activ, acest lucru se întâmplă pentru că e pe cale să obţină ceea ce vrea. E pe cale să reuşească să-şi facă partenera fericită, iar acest lucru îl face şi pe el fericit. Pe măsura reuşitei sale, el anticipează faptul că va primi mai mult în schimb, iar acest lucru face ca partenera să-i pară şi mai interesantă. Ceea ce-l incită pe bărbat e mesajul că el ar putea fi cel care s-o facă fericită pe femeie. Atât timp cât face progrese, el e fericit. Cel mai bun compliment pentru un bărbat care vrea să reuşească în cadrul unei relaţii e o femeie încrezătoare în faptul că va primi ceea ce-şi doreşte.

Nu numai că atitudinea ei încrezătoare o face mai atrăgătoare, dar menţine şi interesul lui pentru ea. Majoritatea femeilor nu-şi dau seama că nu e vorba atât de ceea ce bărbatul primeşte

pe moment, cât de ceea ce vor primi în final. Când femeia e sigură pe ea, lucrul acesta face să crească încrederea bărbatului în forţele proprii şi anticipaţia succesului.

Nu e vorba atât de ceea ce bărbatul primeşte pe moment, cât de ceea ce va primi în final.

Fără a înţelege diferenţele dintre noi, femeile pot presupune în mod greşit că trebuie să câştige într-un fel sau altul afecţiunea bărbatului. În loc să se arate sigură de faptul că e deja demnă de ceea ce îi oferă el, femeia începe să simtă o nevoie puternică de a-i face pe plac şi de a-i câştiga dragostea. Dacă încearcă să câştige dragostea bărbatului, va avea de pierdut. El e cel care trebuie să-i câştige dragostea, iar ea e cea care să-i ofere ocazia. Înţelegerea acestui temperament specific celor de pe Marte le permite femeilor să fie mai sigure pe ele.

În mod greşit femeile presupun că dacă le fac pe plac bărbaţilor şi dacă sunt nerăbdătoare să le satisfacă nevoile, aceştia vor fi mai motivaţi să le facă pe plac. Aceste femei pot avea aerul că sunt sigure pe ele pentru că pot satisface dorinţele bărbatului, dar nu e vorba de încredere în sine. Încercarea de a-i face pe plac unui bărbat n-o va face pe femeie să-i câştige pentru totdeauna afecţiunea. Atunci şi numai atunci când un bărbat are succes în ceea ce priveşte satisfacerea dorinţelor femeii va fi şi mai motivat să-i facă pe plac.

De ce devin bărbaţii atât de şarmanţi

Vom explica motivele pentru care bărbaţii devin atât de şarmanţi şi interesaţi de partenera lor la întâlniri. Când o femeie e atrasă de un bărbat, acesta înţelege că el ar putea fi cel care s-o facă fericită. El pare s-o facă foarte fericită, iar acest lucru scoate tot ce e mai bun din el. Totuşi, dacă ea începe să se simtă obligată să înapoieze favoarea şi se concentrează să-şi facă fericit partenerul, mare parte din şarm dispare.

Adesea, femeile se plâng că ies cu un bărbat şi se simt minunat, iar a doua zi acesta se transformă într-un adevărat nemernic. Ieri se arata interesat, azi e distant şi neinteresat. Ele se plâng că: „A obţinut ce a vrut şi a plecat". Nu e de mirare că femeile nu au

încredere în bărbaţi şi că se simt folosite. Femeile acestea nu înţeleg care e partea lor de vină în această problemă. Când o femeie oferă mai mult decât primeşte sau când oferă tot ce are înainte de a primi tot ceea ce vrea, pune bazele unei viitoare dezamăgiri. Când femeia trece de la încrederea în propriile forţe la încercarea de a satisface dorinţele bărbatului, e posibil ca acesta să se întâlnească în continuare cu ea, dar nu va mai fi ca înainte. El va deveni din ce în ce mai puţin interesat de ea.

Când femeia trece de la încrederea în propriile forţe la încercarea de a câştiga afecţiunea bărbatului, devine mai puţin atrăgătoare.

Acest lucru nu înseamnă că femeia nu ar trebui să ofere şi ea ceva sau să încerce să satisfacă şi ea nevoile şi dorinţele partenerului. Atât timp cât e echilibrată şi sigură că primeşte ceea ce vrea, e în regulă să ofere ceea ce consideră adecvat. Dacă el vrea mai mult, iar ea vrea să mai aştepte, bărbatul va începe să-i respecte nevoile numai când ea însăşi şi le va respecta. Ea va uşura lucrurile atât pentru ea, cât şi pentru el, dacă se arată încrezătoare în forţele proprii, astfel încât el să-i respecte dorinţele – nevoile, programul, preferinţele – precum şi convingerile şi consideraţiile în privinţa intimităţii fizice şi emoţionale.

În majoritatea cazurilor, când femeia începe să încerce să câştige dragostea şi afecţiunea unui bărbat, nu are nici cea mai vagă idee despre măsura în care acest lucru îl poate împiedica pe bărbat să devină cu adevărat şi în mod activ interesat de ea. În general, când un bărbat se îndepărtează, femeia dă vina pe el şi nu-şi dă seama ce parte din vină îi aparţine.

În general, când un bărbat se îndepărtează, femeia dă vina pe el şi nu-şi dă seama ce parte din vină îi aparţine.

În mod clar, bărbaţilor le place când femeile reacţionează ca şi cum ei ar fi tot ceea ce îşi doresc, ca şi cum doar simpla lor prezenţă le-ar face fericite, ca şi cum ar primi tot ceea ce au nevoie, iar ei ar fi perfecţi pentru ele exact aşa cum sunt. Acest gen de răspuns e foarte seducător. Când femeia îi răspunde bărbatului ca şi cum el i-ar fi împlinit toate dorinţele, când, de

fapt, nu e aşa, a doua zi, când ea începe să simtă ce nu primeşte, el începe să-şi piardă interesul, fără ca măcar să ştie de ce.

Ce îi face pe bărbaţi să-şi asculte partenerele

Atitudinea unei femei poate fie să-i incite pe bărbaţi, fie să-i îndepărteze. De exemplu, un bărbat va respecta mai mult şi va vrea să asculte ceea ce are de spus femeia când vorbeşte într-o manieră ce presupune că el e interesat. Simplul fapt că ea presupune că el va fi interesat, îl face mai interesat. Chiar dacă el nu e foarte interesat de acea problemă, va deveni interesat pentru că e interesat de ea. Totul ţine de abordarea ei.

Un bărbat va respecta mai mult o femeie şi va vrea să asculte ceea ce are ea de spus când aceasta vorbeşte într-o manieră ce presupune că el e interesat.

Dacă atitudinea ei spune că e sigură că el va fi interesat, va vrea s-o asculte şi s-o cunoască. Atitudinea aceasta, încrederea ei în sine, e cea care atrage după sine interesul bărbatului. Femeia trebuie să ţină minte că ea e nestemata şi că el trebuie să-i asigure un cadru bun pentru a străluci. Atât timp cât el e recunoscut ca cel care a făcut-o să strălucească, bărbatul e fericit să fie cel care oferă sprijin în cadrul relaţiei. Dacă din atitudinea ei reiese că e deja sigură că e demnă de atenţia lui, ea devine mai atrăgătoare şi mai interesantă pentru el.

Bărbaţii sunt interesaţi de succes. Ocazia de a face o femeie să se simtă împlinită e foarte interesantă pentru ei. În mod clar, şi bărbaţii sunt interesaţi să se simtă împliniţi, dar faptul că îşi fac partenera să se simtă împlinită îi face să se simtă foarte împliniţi în cadrul relaţiei. Bărbaţii sunt întotdeauna interesaţi de lucrurile care îi fac să aibă succes.

Când nestemata e bărbatul

Poziţia femeii e compromisă când se poartă ca şi cum bărbatul ar fi nestemata, iar ea ar vrea să aibă sarcina de a-i asigura cadrul în care să strălucească. În cazul acesta, atracţia şi romantismul se vor diminua în mod automat. Sigur, bărbatului îi place să simtă că el e nestemata atunci când femeia încearcă să-i

facă pe plac, dar, per total, preferă să fie el cel care o cucereşte pe ea. Când femeia se deschide în faţa bărbatului cu siguranţa că ea e nestemata, răspunsul bărbatului este dorinţa de a o cuceri.

Dorinţa femeii de a-i face pe plac bărbatului e o demonstraţie clară de dragoste, dar, în acelaşi timp, ea trebuie să ştie că dacă îşi neagă propriile dorinţe pentru a-i fi pe plac lui, va fi mai puţin atrăgătoare. Indiferent cât de fericit îl face, dacă ea se adaptează, se înfrânează şi nu-şi arată adevărata natură, atracţia lui pentru ea va dispărea în final.

Ce le place şi ce îi plictiseşte pe bărbaţi

Bărbaţilor le place când femeile se simt libere să fie ele însele în prezenţa lor. Din această perspectivă, faptul că o femeie este diferită de un bărbat o face foarte atrăgătoare. Fiind autentică, ea radiază feminitate, iar el e atras de ea ca albina de miere. E incitat de lejeritatea şi siguranţa ei, de libertatea de exprimare. Când femeia poate fi ea însăşi în prezenţa lui, bărbatul înţelege că nu trebuie să se schimbe pentru a fi cu ea.

Când femeia simte că trebuie să fie altfel decât e pentru a fi iubită, devine mai puţin atrăgătoare. Acest lucru nu numai că-i diminuează puterea naturală de a radia, dar îi transmite bărbatului mesajul că şi de la el se aşteaptă să se schimbe pentru a fi acceptat.

CEA DE-A DOUA CALITATE: RECEPTIVITATEA

Cea de-a doua calitate care face ca o femeie să fie foarte atrăgătoare e receptivitatea. Unele femei pot să treacă uşor peste diversele situaţii de pe parcursul întâlnirilor, în timp ce altele devin rigide şi inerte. Uşurinţa şi flexibilitatea de a trece peste obstacole poate fi înţeleasă, în mod greşit, ca o prea mare adaptabilitate, dar când vine vorba de receptivitate, e cu totul altceva.

Când femeia e înţelegătoare, ar putea să renunţe la ea sau la ceea ce-şi doreşte pentru a-i face lui pe plac. Acest lucru nu e ceva rău, dar dacă e făcut prea des, ea riscă să ofere prea mult, pentru ca mai apoi să aibă resentimente dacă partenerul nu îi oferă ceea ce îşi doreşte. O femeie receptivă e capabilă să primească ceea ce i se oferă, fără să aibă resentimente din cauza faptului că i se oferă prea

puţin. De îndată ce aşteaptă mai mult şi are resentimente pentru că primeşte mai puţin, ea încetează să mai fie receptivă.

O femeie receptivă e capabilă să primească ceea ce i se oferă, fără să aibă resentimente din cauza faptului că i se oferă prea puţin.

A fi receptivă înseamnă a primi orice poate fi primit într-o anumită situaţie. Receptivitatea e capacitatea de a beneficia sau de a găsi ceva bun în orice situaţie. Chiar dacă femeia nu găseşte acest ceva bun, a fi receptivă înseamnă a fi deschisă să găsească acest lucru.

Atunci când, de exemplu, bărbatul nu sună, ea încă mai e deschisă să creadă că el e de pe Marte şi pur şi simplu a uitat. O femeie nereceptivă ar crede: „Asta nu e decât o scuză în plus şi n-o cred. Dacă e să mă implic într-o relaţie cu un bărbat, atunci ar face bine să mă sune." Când femeia e receptivă, iar lucrurile nu stau exact cum vrea ea, e deschisă să creadă că e posibil ca lucrurile să meargă mai bine. Ea nu se închide în sine.

A fi receptivă înseamnă a fi capabilă să spui da şi nu în acelaşi timp; a fi deschisă să primeşti ce îţi doreşti, ce îţi place sau ce apreciezi, dar în acelaşi timp să fii foarte fermă în privinţa lucrurilor care nu îţi plac.

De exemplu, o femeie poate fi foarte receptivă când e vorba de a săruta un bărbat, dar fermă când e vorba de mai mult. Când o femeie spune nu avansurilor sexuale ale unui bărbat, trebuie s-o facă într-un fel care să arate că e receptivă la sărutările lui. El va continua să fie atras de ea. Are doar nevoie să ştie că într-o zi va putea trece la următoarea etapă.

Când femeia vrea să aştepte înainte de a face dragoste

Unele femei nu merg cu inima deschisă la întâlniri pentru că se simt presate să aibă relaţii intime înainte de a fi pregătite. Unele nici nu vor să se întâlnească cu bărbaţi pentru că aceştia au aşteptări prea mari. Bărbaţii se aşteaptă să facă dragoste pentru că li se pare că toţi ceilalţi fac asta. La televizor numai asta văd. Şi sunt multe femei care o fac de bună voie. În consecinţă, celelalte femei nu-şi dau seama că au alternative.

Când o femeie are relaţii sexuale înainte de a fi pregătită, încetează să mai fie receptivă şi devine adaptabilă. În loc să-i permită bărbatului să-i facă pe plac, ea încearcă să-i facă lui pe plac. În felul acesta îşi compromite poziţia. Dacă nu se arată deloc deschisă, şi bărbatul poate deveni frustrat. Dar există şi o cale de mijloc. Haideţi să vedem un exemplu.

David era foarte atras de Suzanne. După ce s-au întâlnit timp de câteva luni, au trecut la cea de-a treia etapă: exclusivitatea. David era obişnuit să facă dragoste cu femeile cu care se întâlnea şi nu era monogam. Avea treizeci şi cinci de ani şi mai fusese căsătorit înainte. După ce a aflat despre cele cinci etape ale unei relaţii, s-a hotărât să-şi schimbe modul de abordare a întâlnirilor şi să le aleagă mai bine pe femeile cu care se întâlnea. Apoi a întâlnit-o pe Suzanne.

Suzanne avea treizeci şi doi de ani; şi ea mai fusese căsătorită. Era atât de specială încât David s-a hotărât să-i fie fidel. I-a spus cât de mult o iubeşte şi că vrea să facă dragoste cu ea. Ea a fost foarte clară în privinţa faptului că nu vrea să facă dragoste imediat. El a întrebat-o apoi dacă poate s-o sărute şi să-i arate afecţiunea şi prin apropiere fizică. Ea i-a spus: „Mi-ar plăcea să fac asta, dar nu vreau să fiu nevoită să te tot îndepărtez. Mai degrabă nu facem nimic."

El a răspuns: „Şi dacă îţi promit că nu trec de prima şi a doua bază?". Ea i-a spus că asta ar fi în regulă, dar înţelegerea cade dacă încearcă să treacă la cea de-a treia bază. El a fost de acord.

Pentru un timp, David a fost foarte fericit, la fel şi Suzanne. Şi ea vroia să ajungă la intimitatea fizică, dar nu vroia să meargă până la capăt. Atât timp cât el îi respecta decizia, totul era în regulă. Se simţeau foarte bine în cadrul relaţiei lor şi se îndrăgosteau din ce în ce mai tare.

David a întrebat-o din nou dacă ar vrea să facă dragoste cu el. Suzanne i-a spus că nu e pregătită. Nu i-a plăcut nici faptul că a întrebat-o într-un moment de intimitate sexuală. El i-a zis: „Dacă nu te întreb, cum să ştiu când eşti pregătită?". Ea i-a răspuns: „Hai să continuăm aşa luna următoare, iar apoi mai vorbim."

Lucrurile au continuat aşa timp de trei luni, iar apoi David a cerut-o în căsătorie. Au fost logodiţi trei luni, iar apoi s-au

căsătorit. În timpul logodnei, David a ajuns la baza a treia, dar au aşteptat până în noaptea nunţii pentru a merge până la capăt. David spunea că a fost extrem de greu să aştepte, dar acest lucru l-a făcut s-o respecte pe Suzanne. Noaptea nunţii a fost una foarte specială – în mod clar o noapte pe care să şi-o amintească mai târziu. Acum sunt căsătoriţi de mai mulţi ani şi încă mai au o viaţă sexuală plină de pasiune şi tandreţe.

Suzanne a reuşit să rămână receptivă, continuând însă să spună nu la ceea ce nu era pregătită să facă. Menţinându-şi cu delicateţe părerea despre ceea ce simţea că e bine pentru ea, Suzanne a rămas atrăgătoare în ochii lui David. Ea avea pur şi simplu nevoie să se simtă liberă să ajungă la intimitate fizică fără să fie nevoită să meargă mai departe decât vroia.

Când femeia oferă prea mult

Când femeia oferă prea mult într-o relaţie, încetează să mai fie receptivă la ceea ce are de oferit bărbatul; în schimb, aşteptările ei încep să crească. Acest lucru o face foarte ne-atrăgătoare.

Haideţi să vedem un alt exemplu:

Deann s-a implicat într-o relaţie cu Carlos. Amândoi aveau în jur de douăzeci şi cinci de ani. După câteva întâlniri, ajunseseră la intimitate fizică, iar Carlos vroia să meargă până la capăt. Deann l-a întrebat dacă asta însemna că se va întâlni numai cu ea. În focul pasiunii, Carlos a spus că da.

A doua zi, totul s-a schimbat. Deann a început brusc să aibă aşteptări mari. Iată unele dintre ele:

Se aştepta ca el s-o sune în fiecare zi.

Se aştepta ca el să o iubească numai pe ea şi pe nimeni altcineva.

Se aştepta ca el să se întâlnească numai cu ea.

Se aştepta ca el să petreacă mai mult timp cu ea.

Se aştepta ca el să fie mai interesat de ce avea ea de spus.

Se aştepta ca el să facă gesturi romantice.

Se aştepta ca el să petreacă mai puţin timp cu prietenii lui şi mai mult cu ea.

Toate aceste aşteptări au apărut în dimineaţa de după ce au făcut dragoste. A doua zi, şi Carlos s-a schimbat. Începea să se îndoiască de faptul că vrea să se implice atât de mult. Brusc, alte femei începeau să i se pară foarte frumoase şi nu era pregătit să se aşeze la casa lui.

În cadrul relaţiei, cei doi trecuseră la cea de-a patra etapă (intimitatea) şi săriseră peste cea de-a doua şi cea de-a treia etapă, nesiguranţa, respectiv exclusivitatea. Carlos dădu imediat înapoi, până la etapa nesiguranţei, şi se decise să nu meargă mai departe. Totul era foarte previzibil.

E posibil ca Deann şi Carlos să fi avut o şansă, dar pentru că nu erau pregătiţi să fie atât de intimi, Carlos s-a retras imediat, iar Deann a fost rănită. Din moment ce ea îi oferise mai mult decât primea, şansele ca ei să treacă prin cele cinci etape ale relaţiei au dispărut.

Când aşteptările îl îndepărtează pe celălalt

Bărbaţii simt că progresează când nu trebuie să ofere, ci aleg să ofere. Ei vor să ofere pentru că le pasă şi pentru că acest lucru le face foarte fericite pe femei, nu pentru că le-o datorează. Aşteptările femeilor îi îndepărtează pe bărbaţi.

Când un bărbat simte că trebuie să ofere ceva pentru că femeia i-a oferit atât de multe lucruri, pentru bărbat nu mai e o plăcere să ofere. E ca şi cum ai munci ca să-ţi acoperi datoriile. Femeia îşi pierde receptivitatea când aşteaptă mai mult decât ce i-a oferit partenerul.

E în regulă să aştepţi sprijinul unui bărbat dacă el ţi l-a oferit în mod constant de-a lungul timpului, dar acest gen de aşteptare e diferit. Ea se bazează pe experienţele din trecut, nu doar pe presupunerea că el o va sprijini numai pentru că i-o datorează.

Comunicarea receptivă

Când o femeie e receptivă, nu înseamnă că e în mod necesar de acord cu partenerul ei. Atâta timp cât femeia îi transmite faptul că nu se simte ameninţată de el sau de ce are de spus, pe el nu-l afectează dacă ea nu e deloc de acord cu el.

De fapt, bărbaţilor le place când femeile pot arăta că nu sunt de acord într-un mod jucăuş. Dacă el vorbeşte despre republicani, iar ea e democrată şi răspunde arătându-se în total dezacord cu el, pe el nu-l afectează. Totul ţine de felul în care ea îşi arată dezacordul.

Unui bărbat îi place când femeia îşi poate arăta dezacordul, afişând în acelaşi timp şi o atitudine care să spună că ea îl mai place încă şi mai are încredere că e băiat bun.

Pentru el, ea spune: „Am încredere că poţi să accepţi faptul că am un alt punct de vedere. Eu te accept aşa cum eşti; nu trebuie să fii exact ca mine ca să îmi placă de tine. Apreciez faptul că pot avea această conversaţie cu tine; e stimulant să ai o părere diferită." Mesajul acesta îi îmbată simţurile.

Receptivitatea aplanează divergenţele

Când o femeie îl acceptă pe bărbat, deşi nu e de acord cu el, acesta se va simţi liber să fie diferit. Bărbaţii ştiu în mod instinctiv că, în multe privinţe, nu sunt la fel ca femeile. Când femeia abordează aceste diferenţe într-o manieră pozitivă, bărbatul se simte liber să fie diferit. O atitudine pozitivă şi deschisă în privinţa diferenţelor îi face pe bărbaţi şi pe femei să fie mai atrăgători în ochii partenerului.

În general, bărbaţii sunt foarte deschişi să accepte că femeile sunt diferite. Ei se retrag în sinea lor datorită modului diferit în care femeile privesc lucrurile numai când se simt atacaţi sau acuzaţi pe nedrept. Când bărbatul nu se simte acuzat sau judecat pentru simplul fapt că e diferit, el e mult mai receptiv faţă de felul ei de a fi şi e fericit să ajungă la o cale de mijloc.

CEA DE-A TREIA CALITATE: DESCHIDEREA

Cea de-a treia calitate care le face pe femei atrăgătoare e deschiderea. Bărbaţilor le plac femeile care zâmbesc. Le place să simtă că ei contează. Sunt cel mai interesaţi să curteze o femeie când primesc mesaje clare care să le indice faptul că le pot face fericite. Acest lucru le dă energia de a-şi anticipa reuşita în a le face fericite.

Secretul deschiderii e autenticitatea. Dacă bărbatul nu o impresionează, nu o mulţumeşte şi nu o face fericită pe femeie, iar ea răspunde arătându-se impresionată, mulţumită şi fericită în mod artificial, el va şti că ea se preface şi, în final, se va simţi manipulat. Va simţi că ea încearcă să-l mulţumească arătându-şi propria mulţumire.

Deschiderea unei femei e cel mai atrăgătoare când e autentică, iar nu exagerată.

În mod sigur, femeile sunt conştiente de faptul că mulţumirea lor îi face fericiţi pe bărbaţi, dar trebuie să fie atente să nu se prefacă. E în regulă să nu dai la iveală sentimentele negative în primele trei stadii ale întâlnirilor. Aşa cum bărbaţii trebuie să arate ce au ei mai bun pentru a le impresiona pe femei, şi ele trebuie să-şi arate partea cea mai bună şi mai deschisă a sinelui.

Ceea ce face o femeie pentru ca bărbatul să fie fericit e mai puţin important decât felul în care îi răspunde.

Când nu e mulţumită, ea poate pur şi simplu să nu răspundă. Pentru bărbaţi, absenţa unui răspuns e un semn clar că nu a reuşit. Dacă filmul la care o duce el nu e prea bun, ea nu trebuie să-i împărtăşească părerea negativă; poate, în schimb, să se arate neimpresionată şi să schimbe subiectul cu unul mai favorabil. De fiecare dată când femeia alege că găsească şi să exprime o idee pozitivă despre încercările bărbatului de a o face să se simtă împlinită, el se va simţi încurajat s-o curteze.

Repovestirea unei aventuri

Odată, în timpul unei călătorii, făceam o baie fierbinte într-un bazin, când un cuplu de tineri a intrat în apă. După ce i-am întrebat despre călătoria lor pe insula Mykonos, ea a început să povestească cu lux de amănunte, mie şi tuturor celor de faţă, aventura lor.

„Iubitul meu, Bill, s-a gândit că ar trebui să închiriem două mopeduri şi, cum am ieşit din oraş, al meu s-a stricat. Aproape tot restul zilei am fost izolaţi. El s-a supărat foarte tare, şi-a pierdut

cumpătul. Într-un final ne-am întors şi ne-am petrecut restul zilei pe plajă."

L-am urmărit cum se face din ce în ce mai mic, de ruşine, pe măsură ce ea povestea. Celelalte femei din bazin puneau întrebări, dar nici una nu şi-a dat seama că această povestioară îl face să se simtă foarte jenat pe prietenul ei. În timp ce unii ieşeau şi alţii intrau în bazin, ea continua să spună aceeaşi poveste. Nu e de mirare că el a ieşit foarte repede din apă, iar mai târziu cei doi nu-şi mai vorbeau. El era jenat şi-şi ieşise din minţi.

În timp ce ascultam povestea, mi-am dat seama că ea ar fi putut s-o spună într-un mod puţin diferit, care l-ar fi făcut pe el să se simtă mândru. Ea nu avea intenţii rele, dar pur şi simplu nu înţelegea sensibilitatea celor de pe Marte.

Ea ar fi putut spune: „Am avut o aventură incredibilă. Mykonos e o insulă foarte frumoasă. Bill s-a gândit să închiriem mopeduri. Mi s-a părut o idee minunată. El s-a ocupat de tot, iar proprietarul i-a făcut un preţ bun. Din păcate, când am ieşit din oraş, mopedul meu s-a stricat. Credeam c-o să rămânem izolaţi. Nu ştiam ce să facem. Bill a fost minunat. M-a asigurat că totul o să fie bine şi a început să facă semn tuturor maşinilor care trecea pe lângă noi. În final, a reuşit să mă aducă cu bine înapoi şi am petrecut o zi minunată pe plajă. Aici sunt cele mai frumoase plaje, iar apa e atât de limpede!"

Toate lucrurile de mai sus sunt adevărate şi exprimă exact sentimentele ei. Era numai o problemă de concentrare conştientă asupra lucrurilor pozitive pe care le-a făcut el şi nu asupra celor negative. Haideţi să vedem un alt exemplu de situaţie în care femeia îl îndepărtează în mod inconştient pe bărbat.

Aşteptarea în faţa cinematografului

Odată, când intram într-un cinematograf, la o întâlnire cu soţia mea, am auzit conversaţia unui cuplu de vreo şaizeci de ani. Era evident că se aflau la una din primele întâlniri. L-am văzut pe el cum încerca în mod sincer să-i facă pe plac. Deşi am auzit numai ultima parte a conversaţiei, mi-am dat seama ce se întâmplase mai devreme.

Tocmai ieşeau de la un film despre care el crezute că ei îi va plăcea cu siguranţă, dar care, pentru nu-ştiu-ce motiv, nu i-a plăcut. În timp ce ea îşi exprima părerea negativă despre film, am urmărit cum partenerul ei se schimba la faţă. Parcă se scurgea cu totul.

Când am trecut pe lângă el, l-am auzit spunând: „Ce ai vrea să facem acum?". Răspunsul ei a fost: „Aş vrea să stau aici şi să le spun tuturor ce îngrozitor e filmul. Nici nu-mi vine să cred că au făcut un astfel de film. A fost îngrozitor. Nimeni n-ar trebui obligat să-l vadă."

Femeia nu încerca să-şi facă partenerul să se simtă prost. Nici măcar nu avea vreo idee despre cum îi interpreta el cuvintele. Nu numai că se simţea trântit la pământ, dar şi călcat în picioare. Dacă ea i-ar fi înţeles nevoile la acel moment, i-ar fi fost foarte uşor să amâne împărtăşirea părerii negative despre film.

Multe femei nu-şi dau seama ce plăcut este pentru un bărbat să simtă că reuşeşte să-şi mulţumească partenera şi s-o facă să se simtă împlinită. Îi dă avânt. Dacă ceva o face fericită pe partenera lui la o întâlnire, el e cel care culege laurii. Când ei îi place filmul, la nivel emoţional e ca şi cum el ar fi scris scenariul şi el ar fi jucat în el. Când ei îi place supa de la restaurant, e ca şi cum el ar fi pregătit-o. Când ea apreciază filmul sau supa, el simte că e apreciat. Dacă ea se arată mulţumită la o întâlnire, viaţa bărbatului poate fi luminată în acelaşi fel în care grija pentru nevoile şi sentimentele ei îi luminează acesteia viaţa.

Din păcate, această dinamică are şi reversul ei. Când femeia critică filmul, bărbatul o ia mai mult sau mai puţin ca pe o ofensă personală. Ceea ce respinge ea e scenariul lui. Când ea vorbeşte despre cât de prost e serviciul dintr-un restaurant, el s-ar putea simţi ca şi cum s-ar plânge de el. Fără ca măcar s-o ştie, femeile pot tulbura sentimentele romantice ale bărbatului. Concentrându-se să-şi împărtăşească sentimentele pozitive la întâlniri, femeile se pot asigura de dezvoltarea şi evoluţia naturală a atracţiei în cadrul relaţiei. Când ea spune: „M-am simţit atât de bine aseară. Formaţia a fost minunată...", ea ar trebui să lase la o parte în mod voit faptul că a trebuit să aştepte treizeci de minute pentru a merge la toaletă sau că a enervat-o cel care fuma în faţa ei. Concentrându-se pe lucrurile pozitive şi lăsându-le la o parte pe

cele negative, conversaţia ar fi mai scurtă, dar el îşi va păstra interesul. Ea poate apoi să le împărtăşească prietenelor părţile negative – ele vor înţelege şi vor fi fericite să-i audă poveştile şi să i le spună şi pe ale lor.

ALEGEREA DE A RĂSPUNDE

E foarte important ca bărbatul să simtă în mod repetat că el poate şi chiar face diferenţa în viaţa unei femei. Bărbaţii evoluează în cadrul unei relaţii atunci când simt că e nevoie de ei şi că sunt apreciaţi. Când o femeie poate răspunde micilor gesturi pe care le face partenerul ei, atunci afecţiunea, atracţia şi interesul au şansa de a creşte.

Pe măsură ce femeia învaţă să le răspundă bărbaţilor cu toate cele trei atribute ale feminităţii – siguranţa de sine, receptivitatea şi deschiderea –, va fi capabilă să fie foarte atrăgătoare în ochii bărbaţilor. Nu numai că bărbaţii o vor considera mai atrăgătoare, dar făcând alegerea conştientă de a se exprima în acest fel, şi ea va fi mai fericită. În capitolul XVIII vom vedea care sunt cele trei atribute ale masculinităţii care îi fac pe bărbaţi foarte atrăgători în ochii femeilor.

18

FEMEILOR LE PLAC BĂRBAŢII CARE AU UN PLAN

Fiecare bărbat are puterea de a scoate la iveală ce au femeile mai bun, dar numai puţini bărbaţi îşi dau seama de asta. Dacă bărbaţii s-ar putea vedea prin ochii femeilor, şi-ar da seama ce îi face irezistibili în ochii lor. Ei ar vedea clar care sunt calităţile pe care le au deja şi care le incită pe femei. Pentru un bărbat, e aproape imposibil să se vadă în felul acesta. El nu-şi dă seama că are deja ceea ce îşi doresc cel mai mult femeile.

E uşor să ajungi la concluzia că bărbaţii sunt foarte atrăgători în ochii femeilor pentru că au personalitate sau pentru că au talent, că sunt arătoşi, prietenoşi, amuzanţi, inteligenţi, puternici, că te fac să te simţi bine, că sunt bogaţi, că au succes, că sunt înţelepţi sau interesanţi. Indiferent de aceste caracteristici, ceea ce face ca un bărbat să fie cu adevărat atrăgător în ochii unei femei e capacitatea lui de o face să se simtă femeie.

Când un bărbat îşi face partenera să se simtă femeie, feminitatea ei e de fapt trezită la viaţă, aprinsă sau, cum se mai spune, dezlănţuită. Când femeia e incitată de prezenţa unui bărbat, tot ce are ea mai bun iese la iveală şi, în consecinţă, e atrasă de el. Femeia e incitată de talentele lui unice, de caracteristicile personalităţii lui, de interesele şi de însuşirile lui în măsura în care el o face să se simtă femeie.

Dacă bărbatul nu o incită pe femeie, nu contează cât e de amuzant şi de bogat sau cât de mult succes are.

Ceea ce îi permite unui bărbat să scoată la iveală ce are mai bun partenera lui poate fi rezumat în două cuvinte: prezenţă masculină. Când un bărbat exprimă în mod clar acest aspect al

personalităţii sale, femeile sunt atrase în mod misterios. Ele sunt cel mai atrase de el când e sigur pe sine, hotărât şi responsabil. Aceste trei calităţi le fac se simtă mai sigure pe ele, mai receptive şi mai deschise.

Fiind conştient de acestei trei atribute, bărbatul îşi poate pune la bătaie toate puterile pentru a câştiga inima unei femei şi a trece cu succes prin cele cinci stadii ale întâlnirilor. Cu această nouă înţelegere a lucrurilor, el poate începe să-şi dea seama de ce unele întâlniri merg bine, iar altele nu. Fiind conştient de puterea lui, el poate începe s-o pună în practică la fiecare întâlnire. Pe măsură ce devine mai puternic, îşi va perfecţiona capacitatea de a şti care e partenera potrivită pentru el şi cum s-o cucerească.

PRIMA CALITATE: ÎNCREDEREA ÎN SINE

Prima calitate care îi face pe bărbaţi să fie foarte atrăgători este încrederea în sine. Femeile îşi dau seama când bărbaţii au încredere în ei. Ele vor începe în mod automat să se relaxeze şi să fie sigure că vor primi ceea ce au nevoie. Când bărbaţii nu au încredere în ei, femeile încep să-şi facă griji. Partea lor feminină, care vrea să se relaxeze şi să primească, intră în panică, iar partea lor negativă se trezeşte la viaţă pentru a le proteja şi a le asigura că primesc ce au nevoie. Încrederea în sine a bărbatului o face pe femeie să respire uşurată, să se relaxeze şi să se deschidă pentru a primi sprijinul pe care i-l oferă el.

A avea încrederea în sine nu înseamnă că bărbatul trebuie să fie perfect, nici că trebuie să aibă răspunsuri la toate problemele. A avea încredere în sine înseamnă a avea acea atitudine de „eu pot". Ştie că indiferent ce se întâmplă, există mereu o soluţie. Chiar dacă nu are răspunsul, el are încredere că poate şi chiar va găsi un răspuns.

Când un bărbat are acea atitudine de „eu pot", chiar dacă nu are răspunsuri la toate problemele, femeia poate respira uşurată, poate să se relaxeze şi să se deschidă.

Având încredere în el, bărbatul ajunge să fie destul de obiectiv pentru a se da un pas înapoi şi a vedea ce poate fi făcut. În momentele dificile, el îşi păstrează calmul şi raţiunea şi nu se pierde. Când se enervează şi spune lucruri ce o pot răni pe partenera lui, e evident că acestea nu vin din prea multă încredere în sine. În schimb, se simte ameninţat şi ameninţă la rândul lui.

Un bărbat sigur pe sine îşi reţine sentimentele până când îşi dă seama ce are de făcut. Chiar dacă nu ştie ce va ieşi, el simte că indiferent de ce se întâmplă, ştie ce are de făcut în continuare pentru a îmbunătăţi lucrurile. Simte că indiferent de cât de gravă e situaţia, până la urmă îşi va da seama ce are de făcut şi va face acest lucru. Atitudinea lui încrezătoare o asigură pe femeie că totul va fi bine.

Un bărbat cu un plan

Când bărbatul are încredere în sine, e capabil să pună la punct un plan. Femeilor le place ca bărbatul să aibă un plan. Nu le place când bărbaţii sunt prea dependenţi de sfaturile lor. Deşi femeile le dau bărbaţilor multe sfaturi şi sugestii, şi-ar dori să nu fie nevoite s-o facă. Ele sunt fericite să participe la planuri, dar vor ca bărbatul să fie cel care le arată sigur pe sine direcţia.

Femeia agreează cel mai mult ideea de a ieşi cu un bărbat care are un plan şi care e foarte încrezător în acest plan al lui. El ştie cât e ceasul, unde e, spre ce se îndreaptă, cât de mult va dura, ce vor face când ajung acolo şi are banii necesari. Are încredere că totul va merge bine, conform planului. Dacă lucrurile nu ies aşa cum le-a plănuit, are un plan de rezervă.

Planul de rezervă al bărbatului încrezător în forţele sale constă în analizarea situaţiei şi obţinerea celor mai bune rezultate cu ce are la dispoziţie. Îşi va croi drum printr-un teritoriu necunoscut şi va trăi o aventură. Va face tot ce-i stă în puteri, iar lucrurile se vor aranja.

Când bărbatul îşi pierde încrederea în sine

Pentru bărbaţi, a avea încredere în sine e un lucru natural. Totuşi, şi-o pot pierde atunci când nu înţeleg ceva. Dacă nu le

înţeleg pe femei, bărbaţii îşi pierd încrederea în sine la întâlniri. Când femeia pare supărată dintr-o anumită cauză, e posibil ca el să nu înţeleagă ce are de făcut. În loc să preia controlul şi să găsească o soluţie, el se dă prea repede bătut şi o întreabă ce i-ar plăcea să facă. Ea simte astfel că trebuie să facă un plan.

Pentru o femeie, e în regulă să-şi ajute partenerul la trasarea planului, dar nu trebuie să simtă că responsabilitatea e a ei. Pentru un bărbat e uşor să gândească aşa: „Chiar nu-mi pasă ce se întâmplă. Atât timp cât ea e fericită, totul e bine. O să fac pur şi simplu ce zice ea." El nu-şi dă seama că ceea ce le face foarte fericite pe femei e sentimentul că nu trebuie să se gândească la ce le-ar face fericite.

Înainte de a întreba o femeie ce să facă, bărbatul trebuie mai întâi să se gândească la diverse variante şi să-i ceară părerea asupra lor, iar apoi să fie deschis la sugestiile ei. Când el vine cu variante, ea nu simte toată responsabilitatea planului. Chiar dacă nu ştie ce să facă şi nu poate să vină cu alte variante, simplul act de a încerca să vină cu o idee înainte de a o întreba pe ea, contează foarte mult.

După ce s-a gândit puţin, el poate să-i spună chiar şi: „M-am tot gândit la ce am putea face şi chiar nu ştiu. Tu ce crezi?" După ce o ascultă, în loc să spună pur şi simplu OK, el ar trebui să se gândească la sugestia ei, pentru a vedea dacă ar putea-o îmbunătăţi, iar apoi să concluzioneze: „OK, hai să facem asta..." La fel cum procedează căpitanul unei echipe de fotbal sau directorul unei tabere, bărbatul trebuie apoi să facă planul de joc. Acest lucru explică de ce femeilor le plac directorii şi căpitanii.

Punerea în practică a abilităţilor Marte/Venus

Când femeile sunt dezamăgite sau nu sunt mulţumite de un bărbat, sau dacă un element al planului acestuia e dat peste cap, el poate deveni foarte uşor defensiv. Când ei nu-i place planul lui, acesta se simte de parcă nu l-ar plăcea pe el. Când e sigur că are ce trebuie pentru a le face fericite pe femei, nu devine defensiv şi nici nu se supără pe ea când e dezamăgită. În schimb, pune în practică abilităţile Marte/Venus şi îşi schimbă planul.

Înțelegând femeile, bărbatul poate învăța să asculte fără să încerce să rezolve problema. Ascultând fără a încerca s-o ajute să vadă situația altfel, ea are ocazia să simtă că lui îi pasă de sentimentele ei și că încearcă să fie înțelegător. Când e cu adevărat interesat, înțelegător și binevoitor, indiferent de dezamăgire, ea se va simți mai bine și va fi mai atrăgătoare în propriii ei ochi.

Încercând să asculte cu bunăvoință, bărbatul poate transforma o întâlnire dezamăgitoare într-o experiență intimă, care te îmbogățește pe plan spiritual.

Înțelegând modul în care gândesc și simt femeile, un bărbat poate avea un avantaj enorm față de majoritatea bărbaților. Aceștia distrug întâlnirile încercând să le facă pe femei să nu mai fie supărate sau dezamăgite. Nu-și dau seama de puterea lor de a cuceri o femeie ascultând-o. Nu-și dau seama de cât de importante pot fi lucrurile mici pentru a o impresiona. Cu cât învață mai mult despre femei, cu atât vor avea mai mare încredere în ei la întâlniri. Această siguranță îi face foarte atrăgători.

Întâlnirile nu se transformă în dezastre din cauza lucrurilor care se întâmplă, ci din cauza modului în care bărbatul privește sentimentele femeii cauzate de dezamăgiri. Un bărbat se poate atașa prea mult de planul său și poate uita că adevăratul dar pe care i-l oferă unei femei e interesul lui sincer de a o face fericită. Când circumstanțele nu o fac, el poate avea o mare reușită arătându-se drăgăstos, înțelegător și respectuos față de reacția ei la ceea ce s-a întâmplat.

CEA DE-A DOUA CALITATE: HOTĂRÂREA

Pentru femei, cei mai atrăgători bărbați sunt cei care au un scop. Când bărbatul are un plan, un vis, o direcție, o viziune, un interes sau o preocupare, devine foarte atrăgător. Nu contează cât de mărețe sunt planul sau scopul. Atractivitatea lui e direct proporțională cu pasiunea arătată în atingerea acelui scop. Apoi, el devine și mai atrăgător când își concentrează hotărârea asupra ei. Când el se concentrează s-o facă fericită, ea e cucerită.

Acest lucru nu înseamnă că el renunţă la celelalte scopuri şi că tot ce-şi doreşte e s-o facă fericită. Altfel ea s-ar îndepărta. Femeile ştiu că nu pot împlini toate dorinţele bărbatului. Ele nu vor ca bărbaţii să-şi oprească viaţa în loc pentru ele. Asta ar pune prea multă presiune asupra lor şi a relaţiei lor.

Femeile nu vor ca bărbaţii să renunţe la scopurile lor pentru a le face fericite pe ele.

Bărbatul simte nevoia de a avea şi alte scopuri în afară de relaţia cu o femeie. Mai întâi, el are nevoie de o direcţie, apoi va fi pregătit să construiască o relaţie care să-l ajute să-şi îndeplinească visele. El simte nevoia de a împărtăşi cu o femeie recompensele şi beneficiile împlinirii unui vis. Ocazia de a împărtăşi acest succes cu o femeie dă sens vieţii lui.

Atât timp cât bărbatul are un scop şi nu renunţă la el, el are un viitor în faţă. Iar femeilor le plac bărbaţii cu viitor. Când bărbatul face o pasiune din munca sa, din interesele, scopurile şi viitorul lui, el devine foarte atrăgător. Când bărbatul e independent şi se auto-motivează, femeia se simte foarte relaxată şi în largul ei lângă el. În loc să simtă că trebuie să aibă grijă de el, ea simte că el are energia şi motivaţia ca uneori să aibă grijă de ea, iar pentru ea acesta este un lucru bun.

Scopul unui bărbat într-o relaţie

În cadrul unei relaţii, scopul bărbatului este de a-şi sprijini partenera şi de a primi în schimb dragostea ei. Atât timp cât el e hotărât, relaţia are şansa de a se dezvolta. Când el începe să se concentreze numai pe ceea ce primeşte în schimb, îşi pierde hotărârea, iar femeia începe să se închidă în sine.

Ritualurile romantice îl ajută pe bărbat să-şi păstreze hotărârea. În majoritatea ritualurilor romantice, bărbatul oferă, iar femeia acceptă cu delicateţe. Aceste ritualuri sunt importante pentru că îi asigură ocazia de a vedea în mod repetat că poate reuşi foarte uşor. Tot ceea ce trebuie să facă este să plănuiască întâlnirile, să dea câteva telefoane, să cheltuiască ceva bani şi să deschidă uşile şi, brusc, devine băiat de treabă.

Când o femeie primeşte cu delicateţe ajutorul lui fără a se simţi obligată să-i dea ceva în schimb, ea se ridică la un alt nivel spiritual. Ritualurile romantice există pentru a o face să se simtă specială şi a-i aminti să primească şi să nu dea prea mult. În acest proces, bărbatul are ocazia de a gusta din nou plăcerea de a fi altruist şi de a da necondiţionat.

Ritualurile romantice există pentru a le face pe femei să se simtă speciale şi a le aminti să primească şi să nu dea prea mult.

Când bărbaţii sunt stresaţi, pot uita care este scopul lor. Pot munci atât de mult încât să uite că o fac pentru a le oferi mai multe celor pe care îi iubesc şi la care ţin. Încep să fie mai interesaţi de serviciu decât de ocazia de a avea o relaţie plină de dragoste. Alocând timp romantismului, bărbatul are ocazia de a simţi şi de a-şi aminti de ce o face. Când simte dragostea unei femei, îşi aminteşte de ce face asta: „Oh, de-asta o fac." Receptivitatea ei faţă de sprijinul pe i-l oferă el îl face pe bărbat să se simtă mai ataşat de scopul lui.

Pentru ca un bărbat să-şi păstreze hotărârea în ceea ce priveşte relaţia cu partenera sa, trebuie să-şi aducă aminte de motivul pentru care are acea relaţie. Motivul pentru care oamenii au relaţii s-a schimbat. Nu mai avem nevoie unul de celălalt pentru a supravieţui. Relaţiile care se bazează pe dorinţa de supravieţuire nu mai merg în zilele noastre. Atât femeile, cât şi bărbaţii vor ceva mai mult decât siguranţa unui partener care munceşte pentru binele familiei. Vrem şi asta, dar în ziua de astăzi vrem şi mai mult. Vrem să fim împliniţi pe plan emoţional. Vrem romantism. Vrem intimitate. Şi vrem să găsim dragostea adevărată şi de durată.

Relaţiile care se bazează pe dorinţa de supravieţuire nu mai funcţionează în zilele noastre.

Ritualurile romantice le amintesc bărbaţilor că pentru a primi dragostea pe care şi-o doresc, trebuie să continue să facă gesturi mici. Bărbaţii nu trebuie să aştepte ca lucrurile să se întâmple de la sine. Nu se aşteaptă ca afacerile lor să prospere fără să mun-

cească din greu şi n-ar trebui deci să se aştepte să fie altfel cu relaţiile de dragoste. Ţinând minte că scopul lui e mai măreţ decât vechiul fel de a avea relaţii, el va fi motivat să înveţe mai mult şi să găsească noi modalităţi de a inter-relaţiona.

CEA DE-A TREIA CALITATE: RESPONSABILITATEA

Când bărbatul face ceea ce spune că face, îşi arată în mod automat responsabilitatea; emană încrederea că va face ceea ce îşi propune să facă. Nu contează nici măcar dacă femeia l-a cunoscut înainte sau a văzut că e responsabil. Ea va presupune că are încredere în el şi că e hotărât. Va fi atrasă de el ca albina de miere.

Când femeia e atrasă de un bărbat de succes sau de unul cu influenţă, ceea ce o atrage cu adevărat e latura lui responsabilă, cea care l-a făcut să aibă succes. Orele lungi şi efortul suplimentar necesar pentru a reuşi l-au făcut să emane responsabilitate. Chiar dacă nu e responsabil în toate aspectele vieţii, capacitatea lui de a fi hotărât, pasionat şi responsabil în ceea ce priveşte lucrurile care chiar contează pentru el va ieşi mereu la iveală.

Când bărbatul e responsabil, înseamnă că îi pasă, iar asta e ceea ce îşi doresc femeile. Când o femeie se întâlneşte cu un bărbat, nu trebuie să simtă doar ceea ce el vrea să obţină de la ea, ci şi că el vrea să aibă o relaţie plină de sens. Cu cât lui îi pasă mai mult, cu atât mai multă încredere poate avea ea în el. Una dintre modalităţile prin care un bărbat îşi poate arăta această grijă la întâlniri e atenţia la micile detalii. De fiecare dată când face asta, ea se reasigură de faptul că nu trebuie să fie mereu „cu ochii în patru" atunci când e cu el. Această responsabilitate a lui îi permite ei să se relaxeze.

De ce bărbatul trebuie să fie „cu ochii în patru"

În mod clar, un bărbat n-ar trebui să fie chiar mereu „cu ochii în patru". Dar când se întâlneşte cu o femeie, mai ales în primele trei stadii ale întâlnirilor, el trebuie să fie „cu ochii în patru", exact aşa cum face când e la serviciu. Asta e ceea ce-l face să fie

un profesionist. Profesionistul e o persoană care îşi face treaba indiferent dacă are sau nu chef. O face indiferent de toanele în care e. E responsabil şi de încredere.

La întâlniri, bărbatul trebuie să fie alături de partenera lui indiferent de cum se simte. Când are nevoie de o pauză, ar trebui s-o ia când e acasă, singur, sau când e cu prietenii.

În primele trei stadii ale întâlnirilor, bărbatul poate câştiga dragostea partenerei lui când e „cu ochii în patru", iar când se simte deprimat, ar trebui să fie singur.

Nu există modalitate mai bună pentru ca un bărbat să spulbere romantismul decât să-i împărtăşească partenerei toate problemele lui. Brusc, ea va începe să se simtă responsabilă pentru el şi să aibă sentimente materne. În mod clar, în cel de-al patrulea stadiu al întâlnirilor (intimitatea), el poate lăsa garda jos şi-i poate împărtăşi partenerei mai mult din latura lui vulnerabilă, dar nu înainte ca cei doi să fi simţit în mod clar şi timp de mai multe luni că el poate fi responsabil pentru el însuşi şi pentru ea.

Înainte de a-i împărtăşi partenerei latura lui vulnerabilă, bărbatul ar trebui să demonstreze în mod clar că poate fi responsabil atât pentru el însuşi, cât şi pentru ea.

Acest lucru poate suna incorect, ca şi cum bărbatul ar trebui să fie „cu ochii în patru", iar femeia nu. Adevărul e că bărbaţilor le place când femeia nu mai încearcă să fie atât de responsabilă, pentru că atunci latura ei receptivă, deschisă şi feminină poate fi potenţată.

Obiecţiile lui Jason

La început, Jason nu a fost de acord cu această idee. Zicea: „Stai puţin, îmi place ca femeia să fie şi ea responsabilă. Nu vreau să fac eu totul." Jason nu trăise încă plăcerea de a avea succes la o întâlnire. Crescuse într-o familie cu o mulţime de femei şi fără tată. Fusese învăţat ca femeile să aibă mereu grijă de el. Nu văzuse şi nu gustase niciodată satisfacţia şi puterea pe care

le simte un bărbat atunci când e responsabil pentru el însuşi. El nu avea nici încrederea că poate face fericită o femeie, pentru că tatăl lui nu fusese capabil s-o facă fericită pe mama lui.

Mama şi surorile lui nu erau deschise şi receptive la planurile lui, dar îi dădeau mereu sfaturi, încercau să-l schimbe şi uneori, când se comporta la fel ca tatăl lui, îl criticau. Era doar un copil, dar nu primea sprijinul de care avea nevoie pentru a avea o părere bună despre el însuşi. În consecinţă, Jason era mulţumit să nu rişte din nou să eşueze şi s-o lase pe partenera lui să fie responsabilă. Se simţea mult mai în largul lui dacă îşi lăsa partenera să fie responsabilă. Jason era foarte jucăuş, amuzant şi distractiv, dar, la patruzeci şi şapte de ani, era incapabil să-şi asume un angajament, să se căsătorească.

Alegând în mod conştient să fie mai responsabil, Jason a reuşit într-un final să aprecieze sentimentul de responsabilitate şi puterea de a-şi face fericită partenera. În şase luni, a reuşit s-o găsească pe femeia viselor lui şi să se căsătorească.

Când bărbatul se poate relaxa

În cel de-al patrulea stadiu, pe măsură ce intimitatea în cadrul cuplului creşte, e important ca bărbatul să se relaxeze din când în când şi ca femeia să-i preia rolul, dar acest lucru ar trebui să rămână excepţia, nu regula. Când femeia e deprimată, bărbatul trebuie să aibă puterea de a se aduna şi de a fi alături de ea. Dacă el nu-i poate fi alături, ar trebui măcar să nu se aştepte ca ea să-i fie. Trebuie să aştepte până se poate aduna, pentru a se întoarce şi a-i fi alături partenerei lui.

Când bărbatul preia controlul

Femeilor le place ca bărbatul să preia controlul pentru a duce ceva la bun sfârşit fără să-i paseze ei din responsabilităţi. Acest lucru e foarte important pentru ea fiindcă majoritatea femeilor au deja tendinţa de a fi prea responsabile. Cu cât viaţa devine mai complexă şi mai stresantă, cu atât vor fi mai depăşiţi de situaţie şi mai epuizaţi.

O femeie începe să se simtă responsabilă pentru toate şi pentru toţi. Ea îşi ia o piatră de pe inimă când îi împărtăşeşte persoanei iubite aceste sentimente. Dacă le poate împărtăşi, ceva se întâmplă în sufletul ei şi nu se mai simte atât de responsabilă. E ca şi cum ar vedea toate problemele posibile şi, dacă nu spune cuiva, simte că trebuie să le rezolve pe toate.

Împărtăşindu-şi sentimentele, femeile nu se mai simt singurele responsabile.

Când femeile îi pot împărtăşi aceste sentimente unui prieten care e şi el responsabil, iar el poate rămâne relaxat şi prezent, ea începe să se relaxeze şi să-şi revină. Când un bărbat îşi poate asculta partenera exprimându-şi sentimentele, fără să le minimalizeze şi să încerce să le schimbe, ea poate să nu se mai simtă atât de responsabilă şi să se simtă bine din nou. Chiar dacă bărbatul nu îi preia problemele, cu cât el e mai responsabil, cu atât mai mult se va relaxa şi va evolua ea.

Când femeile simt că sunt ascultate, ştiu că dacă el poate să le ajute, o va face. Cel mai important lucru e că au putut să vorbească despre problema lor. Pentru ele, aceasta este cea mai importantă parte a sprijinului unui bărbat.

ÎNTÂLNIRILE POT FI DISTRACTIVE

Un bărbat are succes când face gesturi mici cu o atitudine ce emană grijă, înţelegere şi respect. Punând în practică la întâlniri aceste noi tehnici Marte/Venus, bărbatul începe imediat să-şi construiască puterea de a avea încredere în sine şi de a fi hotărât şi responsabil. Aceste calităţi nu numai că îl fac mai atrăgător în ochii femeilor, dar vor scoate la iveală şi ceea ce are ea mai bun. Chiar dacă el nu şi-a găsit încă sufletul pereche, întregul proces al întâlnirilor va fi mai uşor, mai distractiv şi mai revigorant.

19

DE CE UNELE FEMEI RĂMÂN CELIBATARE

Multe femei rămân celibatare chiar şi când vor să se căsătorească. Se miră de ce: „De ce oare sunt tot singură? De ce nu pot să găsesc un bărbat care să-şi poată lua un angajament?" Frustrarea aceasta nu are nimic de-a face cu aspectul fizic, cu personalitatea, nivelul succesului sau disponibilitatea bărbaţilor, ci cu modul lor de abordare.

Aceste femei abordează greşit relaţiile cu bărbaţii dacă o fac aşa cum ar vrea să abordeze bărbaţii relaţiile cu ele. Le repugnă ideea ca partenerul lor să fie un bărbat neajutorat, aşa că au mare grijă să nu arate că au prea mare nevoie de un bărbat. Când le întrebi dacă au nevoie de un bărbat, sunt mândre să spună că nu. În majoritatea cazurilor, par să fie dezgustate să rostească cuvântul „nevoie". Iată câteva dintre răspunsurile lor:

CUM RĂSPUND FEMEILE CELIBATARE LA ÎNTREBAREA „AVEŢI NEVOIE DE UN BĂRBAT?"

„Nu, n-am nevoie. Dar mi-ar *plăcea* să existe un bărbat în viaţa mea."

„Nu, n-am nevoie. Dar *aş vrea* să existe un bărbat în viaţa mea."

„Nu, n-am nevoie. Pot să am grijă de mine şi singură. Vreau să fiu cu un bărbat pentru că aşa aleg eu, nu pentru că aş avea nevoie de el."

„Nu, n-am nevoie. Nu-mi trebuie un al doilea tată."

„Nu, nu sunt disperată. Vreau doar să am o relaţie plină de iubire."

„Nu, am mai trecut prin asta. Vreau doar un partener cu care să-mi împart viaţa."

„Nu, pentru ce mi-ar trebui un bărbat? Pot să mă întreţin singură. Vreau doar un partener de viaţă."

„Nu, n-am nevoie de un bărbat. Vreau doar dragoste şi intimitate."

„Nu, sunt fericită acum. Vreau doar pe cineva cu care să merg la nunţi, la petreceri şi la film."

„Nu, nu chiar. Pur şi simplu nu mai vreau să fiu singură."

Deşi aceste răspunsuri par foarte raţionale şi pozitive, ele reflectă o atitudine în mod clar neatrăgătoare pentru bărbaţi, sau cel puţin pentru cei care să fie motivaţi să-şi ia un angajament. Aceste femei sunt surprinse să audă că atitudinea lor de femei independente nu le face atrăgătoare în ochii bărbaţilor.

Ani la rând au încercat să fie autonome, crezând că asta le va face mai atrăgătoare, iar apoi, brusc, li se spune să înceapă să aibă din nou nevoie de bărbaţi. Femeile sunt dezorientate când aud pentru prima dată că bărbaţii trebuie să simtă că ele au nevoie de ei şi că sunt cel mai atraşi de femeile care au nevoie de ceea ce au ei de oferit.

DE CE FEMEILE AU NEVOIE DE UN BĂRBAT

Femeile moderne au devenit atât de independente încât nu mai e evident de ce ar avea nevoie de un bărbat. În trecut, era clar că femeia avea nevoie de protecţia şi sprijinul fizic al bărbatului. Femeile se simţeau în largul lor declarându-şi lor înseşi, prietenelor şi lumii întregi că au nevoie de un bărbat. Astăzi, ele pot avea şi singure grijă de ele. Se simt ciudat dacă au nevoie de un bărbat pentru că nu mai au nevoie de el din aceleaşi motive.

Pentru a facilita drumul spre altar, ele trebuie ca mai întâi să-şi dea seama de ce au nevoie de un bărbat. Cu cât sunt mai independente, cu atât mai mult vor simţi nevoia afecţiunii, dragostei, prieteniei şi companiei bărbatului. Femeile din ziua de

astăzi simt o nevoie ardentă de pasiune şi intimitate, pe care numai o bună comunicare şi romantismul le pot aduce.

În loc să aibă nevoie de un bărbat mai ales pentru a putea supravieţui şi a fi în siguranţă, femeile au nevoie de bărbaţi pentru confort şi dezvoltare pe plan emoţional.

Cu cât femeile au mai puţină nevoie de bărbaţi din motivele tradiţionale, cu atât mai mult vor simţi nevoia de atenţii romantice şi afecţiune. Chiar dacă în mod normal femeile aleg să fie mame şi au nevoie de sprijinul fizic al bărbatului, ele mai au încă nevoie de afecţiunea acestuia. Mentalitatea femeilor s-a schimbat total în ultimii treizeci de ani. Dragostea a ajuns pe primul loc.

DE CE AU NEVOIE FEMEILE

Când un bărbat îi deschide unei femei uşa de la maşină, nu o face pentru că ea n-ar putea. Ştie foarte bine că poate şi ea s-o deschidă. O face pentru a-i arăta că-i pasă. O face pentru a spune: „Înţeleg cât de multe îmi oferi tu, aşa că, în seara asta, lasă-mă pe mine să fiu cel care oferă." O face pentru a spune: „Eşti specială. Lasă-mă să-ţi arăt cât de specială eşti pentru mine."

Când, la o întâlnire, femeia primeşte de mai multe ori acest mesaj, începe să se relaxeze şi să radieze. Se simte mai fericită şi mai împlinită. De ce se simte ea mai împlinită? Pentru că i se satisface o nevoie adâncă. O face să se simtă bine, încurajată, căci aşa şi e. E exact ceea ce-şi doreşte, iar el e fericit să o facă. După o zi lungă acasă sau la serviciu, timp în care a avut grijă de nevoile celorlalţi, femeia are multe nevoi. Iată o listă cu ce îşi doresc femeile moderne.

NEVOILE UNEI FEMEI

Are nevoie de atenţia cuiva care ţine la ea.

Are nevoie de ajutorul cuiva care vrea să aibă grijă de ea.

Are nevoie de momente în care să nu se gândească la nevoile celorlalţi şi în care altcineva să se gândească la nevoile ei.

Are nevoie de cineva care să înţeleagă ce îi place şi care să plănuiască totul, astfel încât să nu mai trebuiască să se gândească la ceva.

Are nevoie de cineva care să-i anticipeze nevoile, dorinţele şi visele şi care să se ofere s-o ajute fără ca ea să trebuiască s-o ceară.

Are nevoie de cineva care să-i dea atenţie, s-o iubească şi s-o adore.

Are nevoie de cineva căruia să-i fie dor de ea şi care s-o dorească.

Are nevoie să iubească fără constrângeri şi să aibă încredere că va fi şi ea iubită.

Are nevoie de cineva căruia să-i pese de bunăstarea ei, care să înţeleagă prin ce trece şi care să recunoască justeţea sentimentelor ei.

Are nevoie de cineva în care să se poată baza, o persoană demnă de încredere, care n-ar dezamăgi-o şi care nu i-ar trăda încrederea dezvăluindu-i secretele.

Are nevoie de cineva care s-o considere specială.

Are nevoie de cineva care s-o ajute în viaţa de zi cu zi, astfel încât să nu simtă că face totul de una singură.

Are nevoie de cineva pentru care să simtă pasiune la nivel intim.

Nu numai că are nevoie de aceste lucruri, dar aceste nevoi trebuie satisfăcute de cineva alături de care să simtă o alchimie naturală la toate nivelele: fizic, emoţional, mintal şi spiritual. Deşi de împlinirea acestor nevoi nu depinde supravieţuirea ei, cum e cazul nevoii de hrană, de lichide, de aer şi adăpost, ea e necesară pentru a o ajuta să simtă împlinirea emoţională pe un plan superior.

Când nevoile de bază sunt împlinite, nevoia de dragoste şi intimitate de pe planurile superioare devine mai importantă. Dacă, de exemplu, îţi e foarte foame, atunci singura preocupare e să te hră-

nești. Odată ce ai suficientă mâncare, și celelalte nevoi devin importante. Când femeia își poate împlini singură nevoile de bază, începe să simtă puternic nevoia superioară de a se simți împlinită.

Când nevoile de la nivel inferior, cele de supraviețuire, sunt satisfăcute, atunci nevoile de la nivel superior, de dragoste și intimitate, devin mai importante.

Pentru a fi împlinite, femeilor nu trebuie să li se împlinească toate dorințele în același timp. Întregul proces al întâlnirilor e unul gradual, ce presupune satisfacerea nevoilor, puțin câte puțin. Pentru a fi satisfăcută, ea trebuie doar să aibă speranța că într-o zi nevoile ei spirituale vor fi satisfăcute. În mod asemănător, bărbatului nu trebuie să i se împlinească dintr-odată toate nevoie sexuale; el are nevoie doar de speranța că relația merge în acea direcție.

Când bărbatul intră în universul feminin și își arată sprijinul, ea îi apreciază dorința de a o ajuta la fel de mult ca ajutorul în sine. La nivel emoțional, ea simte brusc că nu mai e singură pe lume. Când bărbatul face ceva concret și tangibil pentru o femeie, nu numai că ea se simte sprijinită, dar și el simte că are succes.

ÎNȚELEPCIUNEA RITUALURILOR ÎNTÂLNIRILOR

Înțelepciunea ritualurilor întâlnirilor constă în a defini rolul bărbatului, ca cel care oferă, și pe cel al femeii, ca cea care primește. Ritualurile întâlnirilor sunt făcute s-o ajute pe femeie să se relaxeze și să-l lase pe bărbat să aibă grijă de ea. Ele întăresc acest foarte important tipar: bărbatul să facă lucruri care să satisfacă nevoile femeii, iar femeia să primească cu delicatețe. Rezultatul e că bărbatul devine mai încrezător, mai hotărât și mai responsabil, în timp ce femeia devine mai sigură pe ea, mai receptivă și mai deschisă. Ritualurile întâlnirilor ne ajută să scoatem la iveală ce are mai bun partenerul nostru la întâlniri, fapt care scoate și ce avem mai bun în noi.

Fără a înțelege aceste lucruri, unii bărbați și unele femei nu se simt în largul lor când e vorba de ritualurile întâlnirilor. Băr-

baţii simt că sunt umilitoare pentru femei şi că implică faptul că femeile ar fi neajutorate. Ei sunt îngrijoraţi că prin încurajarea acestor ritualuri se întăreşte ideea greşită că femeile ar fi neajutorate. Nimic n-ar putea fi mai departe de adevăr.

DE CE OFERĂ BĂRBAŢII

Când un bărbat îi deschide uşa unei femei, nu înseamnă că ea ar fi atât de neajutorată încât să n-o poată face. Înseamnă că ea e specială şi că el vrea să-i facă seara cât mai plăcută cu putinţă. Când un oaspete special vă face o vizită, deschideţi cu atenţie uşa şi scoateţi covorul roşu. Acest lucru nu înseamnă că oaspetele ar fi neajutorat sau incompetent.

Când un bărbat plăteşte nota, nu înseamnă că face mai multe decât face ea, sau că ea nu-şi permite să plătească. Înseamnă doar că e plăcerea lui să îi ofere ceva. Ea oferă atâtea lucruri atâtor oameni pe parcursul zilei, încât vrea să-i ofere şi el ceva în seara aceea. E plăcerea *lui* să ofere.

Dacă relaţia celor doi e una exclusivă, nu înseamnă că el trebuie să plătească de fiecare dată. Dar când o invită la o cină specială, el e cel care plăteşte. E drăguţ din partea ei să se ofere să plătească din când în când, dar din partea lui e înţelept să nu accepte decât rareori.

Cei care cred că ritualurile romantice întăresc imaginea femeilor ca fiind neajutorate, neputincioase şi dependente de bărbaţi nu înţeleg adevărata idee din spatele gestului bărbatului de a oferi ceva femeii. Ei concluzionează în mod greşit că, dacă o femeie primeşte sprijinul bărbatului, va fi apoi obligată să-i acorde favoruri pe plan sexual.

La această concluzie eronată se ajunge când femeia nu înţelege că, primind darul unui bărbat, i-a făcut la rândul ei un cadou.

Darul unui bărbat constă în a fi responsabil de împlinirea partenerei sale, în timp ce darul femeii e de a fi deschisă şi receptivă la darul lui.

Pentru a înțelege această dinamică, e foarte important să înțelegem că bărbații și femeile trăiesc în mod diferit împlinirea pe plan emoțional. Ceea ce le face pe femei să se simtă bine nu coincide întotdeauna cu ceea ce îi face pe bărbați să se simtă bine. Cel mai dramatic mod prin care ne putem da seama ce ne face să ne simțim bine e văzând ce ne face să ne simțim rău și neîmpliniți. Descoperind diversele cauze ale depresiei la bărbați și la femei, putem vedea foarte clar cât de diferite ne sunt nevoile.

CAUZE DIVERSE ALE DEPRESIEI

Cea mai importantă cauză a depresiei la femei e sentimentul izolării. Momentul în care femeile sunt cel mai nefericite e când simt că trebuie să facă totul singure și că nimeni nu le sprijină. Sentimentul de a fi în întregime responsabile pentru ele însele și pentru alții devine cauza depresiei.

Cea mai importantă cauză a depresiei la femei
e sentimentul izolării.

În mod ironic, pentru bărbați motivul e unul contrar. Când un bărbat simte că e responsabil pentru el însuși, atunci are o părere bună despre el. Când simte că poate oferi ceva și celorlalți, părerea despre el e chiar mai bună. Cu cât ceilalți au mai mare nevoie de el, cu atât se simte mai bine.

Bărbaților le place să simtă că sunt de ajutor cuiva, că sunt utili. Dintr-un anumit punct de vedere, bărbaților le place să fie folosiți. Atât timp cât bărbatul se simte răsplătit în mod corect, e împlinit când e folosit. Când bărbatul e responsabil și darnic și e apreciat și recompensat, e fericit. Femeile, pe de altă parte, se deprimă când simt că sunt folosite prea mult.

Atât timp cât bărbatul se simte recompensat în mod corect,
îi place să fie util.

Cea mai importantă cauză a depresiei la bărbați e sentimentul că nimeni nu are nevoie de ei. Un bărbat fără serviciu sau fără

activitate devine din ce în ce mai deprimat. Bărbaţii devin depresivi când simt că ceea ce au ei de oferit nu e de folos. De aceea, aprecierile sunt foarte importante pentru bărbaţi. Când bărbatul simte că cineva are nevoie de el, încrederea în sine şi hotărârea cresc. În mod automat, se simte mai responsabil.

Când un bărbat simte că cineva are nevoie de el, acest lucru poate scoate la iveală ce are el mai bun. Femeile nu înţeleg în mod instinctiv cât de important este acest lucru pentru bărbaţi. În mod sigur, şi femeile vor să fie apreciate, dar ceea ce nu înţeleg ele e că bărbaţii nu se simt de folos dacă nu sunt apreciaţi pentru ceea ce fac. Fără această apreciere, bărbaţii îşi pierd hotărârea.

Când un bărbat nu simte că se poate întreţine singur şi poate oferi ceva şi altcuiva, pică în depresie. Ştiind care e cauza depresiei la bărbaţi, e mai uşor să înţelegem de ce bărbaţii au nevoie de femei. Iată o listă cu câteva dintre nevoile bărbaţilor.

NEVOILE UNUI BĂRBAT

El are nevoie de cineva care-i observă eforturile şi apreciază ceea ce oferă.

El are nevoie de cineva căruia să-i împărtăşească reuşitele.

Are nevoie de o persoană care să-i dea ocazia să-i îndeplinească nevoile.

Are nevoie de cineva care să-l accepte aşa cum e.

Are nevoie de cineva care să-l scoată din cochilia lui.

Are nevoie de cineva care să aibă încredere în el şi care să depindă de ceea ce îi oferă el.

Are nevoie de cineva care să-l inspire să fie cât de bun poate fi.

Are nevoie de cineva care să-l placă foarte mult.

Are nevoie de o persoană care să fie mulţumită de el şi care să fie deschisă faţă de el.

Are nevoie de o persoană receptivă la planurile şi sugestiile lui.

Are nevoie de cineva care să-l admire pentru ceea ce a făcut sau a încercat să facă.

Are nevoie de cineva care să-i ierte greşelile.

Are nevoie de cineva care să-i aprecieze şi să-i recunoască cele mai bune calităţi, ca de exemplu răbdarea, puterea, generozitatea, bunătatea, dedicarea, loialitatea, siguranţa, generozitatea, curajul, înţelepciunea, umorul şi vioiciunea.

În termeni simpli, bărbatul are nevoie de o slujbă, iar femeia de cineva pe care să-l angajeze. Avem nevoi diferite, dar ne completăm perfect unii pe ceilalţi. Ne potrivim perfect. Această diferenţă ne arată ce e cel mai important pentru bărbaţi şi pentru femei şi ne explică de ce ritualurile romantice sunt atât de importante. Ritualurile romantice le permit bărbaţilor să simtă că cineva are nevoie de ei, în timp ce ei le dau femeilor şansa de a se relaxa şi a nu se mai simţi atât de obligate să ofere.

CÂND FEMEILE OFERĂ PREA MULT

Când femeia oferă prea mult, chiar dacă e apreciată şi recompensată în mod corect, nu va primi lucrurile de care are cea mai mare nevoie. Sunt multe femei de succes care iau medicamente şi merg la psiholog pentru că sunt depresive. Cauza depresiei lor nu e faptul că nu simt că cineva are nevoie de ele, ci că nu obţin lucrurile de care au nevoie.

Nu e nimic în neregulă cu femeile care oferă foarte mult. Aceasta e expresia dragostei şi e întotdeauna un lucru bun. Problema apare când ele nu pot primi în schimb sprijinul de care au nevoie şi pe care îl merită. Femeile se simt din ce în ce mai neîmplinite când oferă mai mult decât primesc

CÂND FEMEILE SUNT PREA RESPONSABILE

Când femeile sunt prea responsabile, sunt şi mai puţin atrăgătoare pentru bărbaţi. În trecut, existau multe probleme pe

care femeile nu le puteau rezolva singure. Aveau deci nevoie de un bărbat. Această neajutorare le făcea mai atrăgătoare în ochii bărbaţilor, iar bărbaţilor le dădea încrederea să le curteze precum şi hotărârea şi responsabilitatea de a le asigura traiul şi a le sprijini.

Dar vremurile s-au schimbat, iar femeile nu mai sunt neajutorate. Nu mai au la fel de multă nevoie de bărbaţi. Cu o educaţie mai bună şi cu mai multe şanse de a face carieră, femeile sunt mai independente. Uneori, cu cât femeia se bucură de mai mult succes şi e mai independentă, cu atât mai puţin atrăgătoare poate să devină pentru un bărbat.

Cu cât femeia se bucură de mai mult succes, cu atât mai puţin atrăgătoare poate să devină pentru un bărbat.

Dar nu trebuie să se întâmple aşa. Recunoscând că încă mai are nevoie de un bărbat în viaţa ei, fără să trebuiască să fie neajutorată, ea poate reuşi să-l atragă pe bărbatul potrivit. Pentru a avea o părere bună despre ea, continuând să fie atrăgătoare pentru bărbaţi, nu e de ajuns doar să aibă nevoie de un bărbat; trebuie să se iniţieze în arta de a simţi care sunt nevoile ei şi de a le exprima.

CUM SĂ AI NEVOIE DE UN BĂRBAT FĂRĂ A PĂREA NEAJUTORATĂ

Femeile de succes au ajuns la concluzia că a fi neajutorate e un dezavantaj. Din nefericire, de multe ori, odată cu lucrurile nefolositoare aruncă şi ce e bun. Pentru a evita să se simtă sau să pară neajutorate sau disperate, aceste femei îşi neagă sau încearcă să spulbere nevoia de a avea un bărbat. În mintea lor, ele îşi pot dori un bărbat, le poate place să aibă o relaţie, pot alege să fie cu un bărbat, dar nu e acceptabil să ai nevoie de un bărbat.

Gândindu-se un moment cum o văd bărbaţii, o femeie poate începe să înţeleagă că mai există şi altă variantă. Femeia poate să aibă nevoie de un bărbat fără a fi neajutorată sau disperată.

Din punctul de vedere al unui bărbat, e o diferenţă enormă între o femeie neajutorată şi o femeie care are nevoie de el.

Când femeia e neajutorată, nu are doar o nevoie, ci simte că are nevoie de mai mult decât îi poate oferi bărbatul. În consecinţă, se supără pe el sau reacţionează într-un fel care arată că se va supăra pe el. Când ea îi dă de înţeles că are nevoie de mai mult, în loc să-i aprecieze efortul, el înţelege că nu îi e suficient. Pe bărbat nu îl îndepărtează faptul că ea are nevoie de mai mult, ci faptul că nu apreciază ce îi oferă el, ceea ce pe ea o face să fie „neajutorată".

Partenerul nu e îndepărtat de faptul că ai nevoie de mai mult, ci de faptul că nu apreciezi ceea ce îţi oferă.

A avea nevoie de un bărbat nu înseamnă a avea nevoie de mai mult din partea lui. Concentrându-se să aprecieze ce îi oferă bărbatul, femeia poate evita să pară neajutorată. Cultivându-şi încrederea în sine, receptivitatea şi deschiderea, femeile pot să aibă nevoie de mai mult şi totuşi să aprecieze ceea ce li se oferă.

Femeia nu trebuie să fie neajutorată pentru a cere ajutorul unui bărbat, şi nu trebuie nici să-şi fi pierdut orice speranţă pentru a avea nevoie de ajutorul lui. Ea poate avea nevoie de mai mult, dar să primească cu delicateţe orice îi oferă el. Bărbaţii se simt flataţi atunci când e nevoie de ei.

Din punctul de vedere al bărbaţilor, femeile sunt cel mai atrăgătoare când sunt conştiente de nevoile lor *şi* când au încredere că nevoile le vor fi satisfăcute. Exact aşa cum bărbaţii sunt cel mai atrăgători atunci când au încredere că-şi vor atinge scopul, femeile sunt cel mai atrăgătoare când sunt sigure că vor primi sprijinul de care au nevoie.

Cu această atitudine, femeile nu trebuie să nege că au nevoie de un bărbat doar pentru că el nu a apărut încă în viaţa lor. Siguranţa că pot să obţină şi chiar vor obţine ceea ce-şi doresc le face foarte atrăgătoare şi le împiedică să se simtă neajutorate sau disperate. Când o femeie îşi cultivă cele trei atribute ale feminităţii – siguranţa, receptivitatea şi deschiderea –, poate să aibă nevoie de un bărbat fără a se simţi neajutorată.

CUM SĂ TRANSMITEŢI BĂRBAŢILOR MESAJUL POTRIVIT

Dacă, în loc să ceară mai mult de la un bărbat, o femeie se arată plină de încredere, ea transmite mesajul că e sigură că într-un final nevoile îi vor fi împlinite. Această deschidere îl face pe bărbat să fie şi mai interesat. Când femeia e receptivă la ceea ce are bărbatul de oferit, el înţelege că ar putea fi acceptat, iar nu respins. Dacă e deschisă la încercările lui de a o mulţumi, femeia îi permite bărbatului să se simtă apreciat. El înţelege că poate avea şi mai mult succes de aici înainte. Aceste trei atribute o asigură de transmiterea mesajului corect în privinţa nevoilor ei.

Când femeia îşi exprimă cea mai bună parte a laturii ei feminine fiind sigură pe ea, receptivă şi deschisă, scoate la iveală cea mai bună parte a laturii lui masculine. Cu cât el simte mai tare că ea are nevoie de ceea ce îi poate oferi el, cu atât mai interesat devine. În mod aproape automat, el se simte mai sigur pe sine, mai hotărât şi mai responsabil.

Are încredere în sine pentru că siguranţa ei îi spune că are un post liber. E hotărât pentru că zâmbetul ei receptiv îi spune că ar putea accede la rolul de bărbat care s-o facă fericită. Ea are o nevoie, iar el are soluţia. Deschiderea ei îl încurajează să simtă că ar putea avea succes în a-i satisface dorinţele. Această încurajare îl face să acţioneze cu mai mare seriozitate pentru a-i îndeplini dorinţele.

CUM SABOTEAZĂ FEMEILE ÎNTÂLNIRILE

Când femeia îşi neagă nevoia de a avea un partener, ea sabotează întâlnirile. Încercările ei sincere de a construi o relaţie plină de dragoste şi de durată se sfârşesc de fiecare dată cu o dezamăgire. Făcând schimbarea şi simţind că are nevoie de un bărbat, îşi deschide inima pentru ca bărbatul potrivit să poată intra. Simţind această nevoie într-un mod sănătos, ea e capabilă să aprecieze şi să accepte mult mai uşor bărbaţii.

Nevoia de a avea un partener poate fi comparată cu oricare altă nevoie naturală. De exemplu, dacă ţi-e puţin foame, e posibil să vrei să *mănânci*, dar nu e ceva extraordinar. Când ţi-e mai foame, *vrei* să mănânci, iar mâncarea are gust mai bun. Dacă nu ai mâncat de cinci sau şase ore şi ai o senzaţie sănătoasă de foame, e pentru că *trebuie* să mănânci. Când trebuie să mănânci, mâncare are un gust foarte bun, e delicioasă.

La fel, când o femeie simte o nevoie sănătoasă de a avea un partener, el poate simţi că ea va fi deschisă, receptivă şi sigură pe ea. Astfel, cele mai bune calităţi ale ei încep să strălucească. Dacă el e bărbatul potrivit pentru ea sau, cel puţin, mai apropiat de bărbatul ideal, atunci va fi atras de ea. Fiind conştientă de nevoia ei de a avea un partener, femeia se va transforma într-un magnet capabil să atragă bărbatul potrivit pentru ea. În capitolul 20, vom vedea unde poate găsi acest bărbat.

20

UNDE SĂ-ŢI GĂSEŞTI SUFLETUL PERECHE

Cei care au mariaje fericite spun adesea că şi-au întâlnit sufletul pereche când nu-l căutau cu adevărat. Drumurile li s-au întretăiat ca din întâmplare, acolo şi atunci când se aşteptau mai puţin. S-a „întâmplat" să se întâlnească la o petrecere, într-o excursie, la plimbare, la biserică, la un seminar sau la serviciu. Ei consideră că această reuşită are de-a face cu destinul, cu soarta, cu intervenţia divinităţii sau pur şi simplu cu norocul.

Se simt norocoşi pentru că nici măcar nu căutau un partener. Simt că aşa a fost destinul pentru că şi-au întâlnit partenerul într-un loc unde nu s-ar fi aşteptat să-l găsească. Simt că a fost destinul sau intervenţia divinităţii şi pentru că întâlnirea lor a fost întâmplătoare, fără ca ei să fi avut vreo intenţie conştientă.

Asta nu înseamnă că trebuie să-ţi aştepţi ziua norocoasă sau vreo întâmplare fericită pentru a-ţi întâlni perechea. Există motive foarte clare pentru care ei şi-au întâlnit partenerii. Din moment ce nu erau conştienţi de aceste motive, presupun că a fost vorba de soartă, noroc sau întâmplare. Dar anumite condiţii au fost îndeplinite înainte ca ei să întâlnească şi să-şi recunoască sufletul pereche. Înţelegând care sunt aceste condiţii şi creându-le în mod deliberat, puteţi grăbi procesul de găsire a partenerului ideal.

DUMNEZEU ÎI AJUTĂ PE CEI CARE SE AJUTĂ SINGURI

Oamenii cred că şi-au găsit partenerul ideal numai datorită şansei, destinului, norocului, magiei, sorţii sau graţiei divine, pentru că nu-şi dau seama cum se întâmplă asta de fapt. În mod sigur, toate lucrurile bune se întâmplă cu ajutorul lui Dumnezeu,

dar Dumnezeu îi ajută pe cei care se ajută singuri. În fiecare zi, fără să-şi dea seama de ce fac, se întâmplă ca oamenii să facă exact ce trebuie pentru a-şi găsi partenerul ideal. Sunt la locul potrivit şi la momentul potrivit, iar lucrurile se întâmplă în mod miraculos.

Chiar şi când fructele sunt coapte, tot mai trebuie să le găsim şi să le culegem. La fel, pentru a ne găsi sufletul pereche, trebuie să fim pregătiţi, dar trebuie să mai fim şi la locul potrivit. Fie că au făcut-o în mod intenţionat, fie neintenţionat, oamenii aceştia s-au aflat în medii care le-au permis să întâlnească un potenţial partener de care s-au simţit imediat atraşi.

Fie că au făcut-o în mod intenţionat, fie neintenţionat, oamenii aceştia s-au aflat în medii care le-au permis să întâlnească un potenţial partener de care s-au simţit imediat atraşi.

Înţelegând diferitele elemente care creează atracţia, putem descoperi cele mai bune locuri unde să întâlnim persoane care să fie atrase de noi şi de care să fim atraşi. Majoritatea oamenilor pur şi simplu nu-şi dau seama pe ce se bazează atracţia.

PRIMUL ELEMENT AL ATRACŢIEI: INTERESELE DIFERITE

Analizând vieţile sufletelor pereche, veţi vedea că anumite elemente sunt mereu prezente. Când cineva simte alchimia atracţiei sănătoase, anumite condiţii previzibile sunt îndeplinite. Primul şi cel mai important element îl constituie interesele diferite.

Sufletele pereche ce au un mariaj fericit au mereu interese diferite. În mod clar, au multe interese comune, dar, destul de des, au mult mai multe interese diferite. În general, ei descoperă că au multe interese diferite numai după câţiva ani de trai împreună. Nu-şi dau însă seama de asta la început.

Sufletele pereche au multe interese comune, dar, destul de des, au mult mai multe interese diferite.

Când oamenii se îndrăgostesc, nu le spun tuturor: „Am întâlnit cea mai extraordinară persoană. E atât de diferită de

mine!" În schimb, ei tind să facă exact invers. Ei spun: „Oh, am întâlnit cea mai extraordinară persoană; avem atât de multe lucruri în comun." Spun asta pentru că nu şi-au dat încă seama cât de diferite sunt interesele lor. Fără să înţeleagă acest lucru, celibatarii ratează ocaziile de a-şi întâlni sufletul pereche.

Ideea intereselor diferite care creează atracţia explică de ce uneori e atât de greu să-ţi găseşti sufletul pereche. Sufletul nostru pereche are interese diferite de ale noastre, lucrează şi îşi petrece timpul în locuri în care mergem foarte rar. Doar din întâmplare putem întâlni pe cineva cu interese diferite de ale noastre. Recunoscând acest adevăr şi căutând în mod activ situaţii în care să găsim oameni cu interese diferite, ne creştem şansele să trăim alchimia şi să întâlnim persoana potrivită. Haideţi să vedem câteva exemple.

Întâlnirea întâmplătoare a lui Kim cu Peter

Kim e o mamă singură care lucrează într-un restaurant. „Trebuia să-mi reprogramez şedinţa de masaj. În timp ce stăteam la rând în sala de aşteptare a centrului de sănătate, l-am întâlnit pe Peter, cel care avea să-mi devină soţ. A fost o pură întâmplare că l-am întâlnit. Peter e antreprenor şi era acolo să aplice pentru un post. E incredibil că ne iubim atât de mult. Lui îi place să facă schimbări şi să construiască, în timp ce mie îmi plac antichităţile şi stabilitatea. El e republican, eu democrată. Lui îi place să stea acasă seara, mie îmi place să merg în oraş..."

Interesele lor erau atât de diferite încât Kim nu l-ar fi cunoscut vreodată pe Peter dacă nu l-ar fi întâlnit din întâmplare în sala de aşteptare. Pentru că Peter stătea acasă seara, ar fi ratat-o pe Kim, care lucrează noaptea la restaurant.

Cu ajutorul prietenilor

Mark e poliţist. „Mi-am întâlnit soţia, pe Vicky, prin prietenul meu Chuck. Erau împreună de trei ani. Chuck vorbea tot timpul despre ea. Când s-au despărţit, i-am dat un telefon şi am început să ieşim împreună. Îi sunt recunoscător lui Chuck pentru că ne-a făcut cunoştinţă şi încă mai suntem prieteni buni.

Dacă nu era Chuck, nu cred că ne-am fi întâlnit vreodată. Mie îmi place sportul, ei nu. Singurul motiv pentru care am cunoscut-o a fost că Chuck m-a invitat la ziua lui. Ne-am cunoscut jucând cărţi.

Chiar şi atunci am simţit o scânteie între noi. Dar ea nu era disponibilă. Îmi aduc aminte că m-am gândit că Chuck e un tip foarte norocos. Acum simt că eu sunt cel norocos. Mariajul nostru e minunat şi avem trei copii extraordinari. Chuck s-a căsătorit cu altcineva."

Când unui bărbat nu-i plac petrecerile, aşa cum nu-i plac lui Mark, şansele de a-şi găsi sufletul pereche cresc când începe să meargă la mai multe aniversări, petreceri şi nunţi. La fel, când o femeie e ca Vicky şi nu-i place sportul, şansele ei de a-şi întâlni sufletul pereche cresc când merge la evenimente sportive, activităţi şi ceremonii de acest gen.

Proiectul norocos al lui Daphne

Daphne, decorator de interior, povestea: „L-am cunoscut pe soţul meu, Carl, la serviciu, în cadrul unui proiect de redecorare. Clientul meu vroia un bazin cu apă caldă. Cineva mi-a dat numărul lui de telefon, ca să-l consult în această problemă. Şi Carl ştia de ce am nevoie. Mi-am dat seama din felul în care se ocupa de proiect că era genul de bărbat pe care mă puteam baza. Era omul potrivit pentru proiect şi bărbatul potrivit pentru mine. Ne-am plăcut din prima clipă. Ne-am întâlnit din pură întâmplare; eu nu mi-aş fi luat niciodată un bazin, iar el trăia în alt district."

Dacă clientul ei nu şi-ar fi dorit acel bazin, Daphne nu şi-ar fi întâlnit niciodată soţul. Nici măcar nu era interesată de bazine. Carl era un adevărat om de munte, genul de bărbat dintr-o bucată. Mergea foarte rar la cumpărături şi nu era deloc interesat de designul de interior. Drumurile nu li s-ar fi întâlnit niciodată.

Fără proiectul norocos al lui Daphne, singurul mod prin care Carl ar fi putut s-o cunoască ar fi fost să meargă mai des la mall. Dacă ar fi alocat puţin timp vizitelor la magazinele de design interior, şansele lui de a o întâlni pe Daphne ar fi crescut. E

posibil s-o fi întâlnit acolo, sau să fi întâlnit pe cineva care să le facă, într-un final, cunoştinţă.

Daphne l-ar fi putut întâlni pe Carl dacă ar fi ieşit din zona ei de confort şi ar fi mers cu cortul, s-ar fi înscris într-un club al iubitorilor naturii sau ar fi participat la o aventură de grup, cum ar fi mersul cu barca pe un râu de munte sau excursiile de schi. I-ar fi fost uşor să-l întâlnească acolo, sau să fi întâlnit pe cineva care să le facă, într-un final, cunoştinţă.

Interesele diferite dau naştere atracţiei

Celibatarii presupun în mod greşit că sufletul lor pereche va avea aceleaşi interese ca ei. În consecinţă, caută parteneri cu preocupări asemănătoare. Nu-şi dau seama că sunt sute, chiar mii de locuri unde îşi pot găsi sufletul pereche.

În mod clar, e posibil să îţi găseşti sufletul pereche într-un loc ce arată că aveţi un interes comun, dar e la fel de posibil să-l găsiţi într-un loc unde oamenii sunt interesaţi de lucruri de care voii nu sunteţi interesaţi.

Pentru a vă găsi sufletul pereche, mergeţi în locuri unde oamenii au interese diferite de ale voastre.

Dacă aţi fost în locurile care vă inspiră şi nu v-aţi găsit perechea, încercaţi să căutaţi în locuri unde oamenii au interese diferite de ale voastre. Chiar dacă nu vă găsiţi imediat sufletul pereche, veţi începe să simţiţi alchimia dintre voi şi reprezentanţii sexului opus. Veţi fi mai atrăgători, iar acest lucru vă va motiva să continuaţi căutarea.

Încercaţi lucruri noi

De fiecare dată când mergeţi într-un loc nou, o nouă latură a dumneavoastră are şansa de a ieşi la suprafaţă. Acesta este unul din motivele pentru care suntem atraşi de persoane cu interese diferite de ale noastre. Prezenţa lor ne stimulează. Sunt atât de diferiţi faţă de noi încât o nouă latură a noastră e stimulată. Când cineva e la fel ca tine, nu eşti neapărat stimulat. Dacă am vrea să fim doar cu noi

înşine, n-am mai avea nevoie de un partener. Dacă încercăm lucruri noi, avem mai multă energie şi suntem mai atrăgători.

Pentru a vă găsi sufletul pereche, asiguraţi-vă că mergeţi în locuri unde oamenii nu sunt interesaţi deloc de lucrurile de care sunteţi interesaţi voi. Dacă nu vă place să dansaţi, luaţi lecţii de dans, mergeţi în locuri unde se poate dansa, sau chiar la concursuri de dans. Dacă nu vă place că mâncaţi în oraş, luaţi mai des masa în oraş.

Dacă nu sunteţi o persoană religioasă,
începeţi să mergeţi la biserică.

Aproape întotdeauna într-o căsnicie, soţul preferă seara, iar soţia dimineaţa, sau invers. Pentru a vă întâlni sufletul pereche, schimbaţi-vă din când în când programul. Dacă vă place să vă culcaţi devreme, începeţi să ieşiţi în oraş noaptea. Dacă vă place să dormiţi până târziu, treziţi-vă devreme şi faceţi o scurtă plimbare de dimineaţă. Veţi întâlni foarte mulţi oameni. Unul dintre ei poate fi sufletul pereche sau poate fi cel care să vă prezinte sufletului pereche.

Dacă nu vă place sportul, începeţi să mergeţi la meciurile şi activităţile sportive ce au loc în oraşul vostru. Dacă nu vă place să mergeţi la şcoală, mergeţi la nişte cursuri seara. Dacă nu vă place să citiţi, începeţi să mergeţi prin librării. Dacă de obicei mergeţi cu maşina, încercaţi s-o luaţi şi pe jos. Dacă vă luaţi pachet de acasă pentru prânz, încercaţi să mâncaţi în oraş din când în când. Dacă mâncaţi des în oraş, încercaţi să mergeţi la cumpărături la supermarket. Dacă mâncaţi la fast-food, încercaţi să mergeţi la cumpărături în magazine naturiste.

Dacă nu vă place să citiţi, începeţi să mergeţi prin librării.

Când vă extindeţi teritoriul în acest fel, şansele să vă găsiţi sufletul pereche cresc în mod simţitor. Având această nouă idee în minte, găsirea unui partener alături de care să simţiţi alchimia atracţiei devine o sarcină mult mai uşoară.

CEL DE-AL DOILEA ELEMENT AL ATRACŢIEI: NEVOI COMPLEMENTARE

Cel de-al doilea element constă în nevoile complementare. Esenţial pentru sufletele pereche e faptul că au ceva de care partenerul lor are nevoie. Când un bărbat are ceea ce îi trebuie unei femei, ea simte alchimia. Pentru bărbaţi e invers. El simte alchimia când femeia are nevoie de ceea ce îi poate oferi el. Această dependenţă a unuia faţă de celălalt stă la baza unei atracţii sănătoase.

Alchimia emoţională ne eliberează de constrângerile pe care ni le impune imaginea nerealistă a partenerului ideal – cum arată şi cum se poartă el. Când bărbatul e capabil să simtă plăcerea de a fi indispensabil partenerei lui, el nu mai e stăpânit de imagini şi aşteptări din partea partenerei ideale. E eliberat de prejudecăţile privind aspectul ei fizic atunci când face mici gesturi romantice şi îi vede reacţia.

Când femeia simte că bărbatul se poartă special cu ea, nu se mai gândeşte cum ar arăta partenerul ideal. Simţind alchimia care rezultă din receptivitatea faţă de abordarea bărbatului, ea e liberă să-şi urmeze inima şi să nu se împotmolească din cauza aşteptărilor nerealiste de perfecţiune.

Locuri unde femeia are nevoie de un bărbat

Ţinând cont de acest lucru, femeile îşi pot căuta în mod eficient sufletul pereche în locuri unde ar fi cel mai receptive şi mai deschise la ceea ce au de oferit bărbaţii. Dacă aveţi nevoie de ajutor pentru îmbunătăţirea performanţelor calculatorului, duceţi-vă la un târg de calculatoare, unde chiar aveţi nevoie de ceea ce au de oferit bărbaţii şi unde vă puteţi întâlni partenerul ideal. Şansele cresc dacă nu sunteţi deloc interesate de calculatoare.

Dacă aveţi nevoie de ajutor pentru îmbunătăţirea performanţelor calculatorului, ducându-vă la un târg de calculatoare, unde chiar aveţi nevoie de ceea ce au de oferit bărbaţii, vă puteţi întâlni partenerul ideal.

Întrebând un bărbat în ce parte e un anumit obiectiv, fie că v-aţi rătăcit, fie că sunteţi într-o excursie, deveniţi mult mai

receptive pentru a aprecia ceea ce pot oferi bărbaţii. Dacă mergeţi într-o excursie sau o aventură de grup, sunt multe momente în care aţi avea nevoie de ajutorul unui bărbat. Înscriindu-vă la un curs, daţi bărbatului ocazia ideală de a vă fi de ajutor. Mergând la un eveniment sportiv despre care ştiţi foarte puţine, deveniţi receptivă să primiţi ajutorul unui bărbat pentru a înţelege jocul. Bărbaţilor le place să fie experţi. De fiecare dată când mergeţi undeva unde competenţele unui bărbat vă pot fi de folos, atracţia va spori.

Înscriindu-vă la un curs, daţi bărbatului ocazia ideală de a vă fi de ajutor.

Dacă o femeie merge într-un loc unde se dansează, va avea nevoie şi va aprecia faptul că are un partener cu care să danseze. Dacă femeile ar dansa între ele, bărbaţii ar deveni şomeri. Bărbaţii simt că riscă mai mult să fie respinşi atunci când nu e nevoie de ei. Ideal ar fi să puteţi merge la dans cu un cuplu cu care sunteţi prietenă. Cu permisiunea prietenei voastre, puteţi dansa cu prietenul sau soţul ei. Când un bărbat interesat vede că dansaţi cu un bărbat cu care nu aveţi o relaţie, va fi încurajat să vă invite la dans. În mod natural, oamenii urcă în tren pe ultima sută de metri. La fel, când femeia dansează deja cu un bărbat, pretendentul e şi mai încurajat s-o ivite la dans.

Locuri unde bărbatul se simte util

Ţinând cont de acest lucru, bărbatul o poate întâlni pe femeia visurilor lui într-un loc unde ea va fi foarte receptivă la ceea ce are el de oferit. Făcând muncă voluntară în cadrul unei asociaţii, el îşi poate găsi partenera ideală. Ajutând la organizarea unor evenimente, va întâlni multe femei. Când femeile au ocazia de a vedea ce folositori sunt bărbaţii la făcut planuri, vor începe să simtă alchimia dintre ei. De fiecare dată când apare o situaţie unde e nevoie de un lider, n-ar mai trebui să aşteptaţi vreo invitaţie. Chiar dacă partenera ideală nu e acolo, e posibil ca cineva de acolo să vă facă cunoştinţă cu ea.

De fiecare dată când apare o situaţie unde e nevoie de un lider, n-ar mai trebui să aşteptaţi vreo invitaţie.

Având grijă de copilul unui prieten şi plimbându-vă cu el prin parc la diferite ore ale zilei, veţi atrage femeile aşa cum mierea le atrage pe albine. Femeile vor gândi imediat aşa: „Bărbatul acesta chiar e grijuliu; e responsabil; ajută pe cineva să aibă grijă de copil." Dacă nu sunteţi chiar atât de grijuliu, n-ar trebui să vă prefaceţi doar pentru a agăţa o femeie. Scopul acestor sugestii nu e de a crea o atracţie temporară, ci de a găsi o femeie de care să fii atras pentru o lungă perioadă de timp. Când îţi arăţi latura responsabilă, există şansa ca femeia potrivită să se simtă atrasă de tine.

Având grijă de copilul unui prieten şi plimbându-vă cu el prin parc la diferite ore ale zilei, veţi atrage femeile aşa cum mierea le atrage pe albine.

Nu trebuie să vă faceţi griji că ea va crede că sunteţi deja căsătorit. Va veni şi va începe să vorbească despre copil. Va pune o mulţime de întrebări despre copil, astfel încât veţi avea multe ocazii să îi explicaţi că nu e al vostru. Când va afla că sunteţi singur, va fi încântată. Dacă nu ştiţi pe nimeni care să aibă un copil, împrumutaţi câinele cuiva şi plimbaţi-l în parc la diferite ore ale zilei.

Cel mai eficient mod de a găsi o parteneră e acolo unde femeile depind de un anume fel de sprijin. Cele mai bune momente de a ieşi din casă, de a ajuta şi de a-ţi găsi o soţie sunt situaţiile de criză, incendiile, inundaţiile, cutremurele, furtunile, tornadele sau uraganele.

Pe femei uniformele le ajută să-şi conştientizeze atracţia. Uniforma simbolizează faptul că bărbatul are un anumit scop, de care e sigur şi de care e responsabil. Când purtaţi uniformă, demonstraţi că sunteţi mândru de ceea ce faceţi şi că vă iubiţi meseria. Iar acestea sunt nişte foarte bune atuuri. În zilele libere, de fiecare dată când puteţi purta uniforma, purtaţi-o.

Femeilor le plac la nebunie bărbaţii în uniforme, aşa că bărbaţii ar trebui să le poarte de fiecare dată când pot.

Punându-se în situaţii în care ajutorul lui e de folos femeilor, copiilor sau celor vârstnici, bărbatul poate scoate la iveală tot ce e mai bun dintr-o femeie. Când ea răspunde cu delicateţe şi recepti-

vitate la eforturile bărbatului, aceasta poate simţi eventuala atracţie dintre ei.

Uneori el nu poate simţi atracţia înainte să facă ceva care s-o stimuleze să-i răspundă. Răspunsul ei îl face să simtă că, oferindu-i ceea ce are nevoie, poate obţine încrederea, acceptarea şi aprecierea de care are nevoie pentru a fi împlinit în cadrul relaţiei.

La fel, când bărbatul se arată încrezător, hotărât şi responsabil în acţiunile sale, femeia se simte atrasă de el. Eforturile lui o conving că se va putea bucura de consideraţia plină de grijă, înţelegerea şi respectul de care are nevoie într-o relaţie. Haideţi să analizăm un exemplu de cum poate fi declanşată alchimia emoţională.

Harry, un profesor de actorie, îmi povestea: „Prima dată când am văzut-o pe soţia mea, Trudy, a fost la unul dintre cursurile mele. Era o elevă minunată. Prima dată când m-am uitat la ea m-am simţit atât de atras încât de-abia am mai putut să-mi ţin cursul. Când m-am gândit s-o invit în oraş, nici nu mai puteam să respir, d-apoi să îndrăznesc să zic ceva. Într-un final, mi-am adunat curajul şi m-am oferit s-o ajut să citească scenariul după ore. A fost un moment memorabil. Simţeam atracţia dintre noi.

Săptămâna următoare le-am propus elevilor nişte scenarii romantice. După curs, m-a întrebat dacă pot să citesc din nou scenariile cu ea. Când încercam să vorbesc cu ea mă purtam ca un idiot bâlbâit, dar puteam să citesc un scenariu. Deşi era scris de altcineva, am cucerit-o când i l-am citit. Şi azi îi mai mulţumesc lui Shakespeare. Amândoi am zâmbit în ziua aceea şi încă mai zâmbim. Şi acum o mai ajut să-şi citească scenariile. Mă bucur să am o abilitate pe care în mod clar o apreciază."

CEL DE-AL TREILEA ELEMENT AL ATRACŢIEI: MATURITATEA

Cel de-al treilea element e maturitatea. În general, sufletele pereche au cam acelaşi nivel de maturitate. În majoritatea cazurilor, pe măsură ce înaintăm în vârstă, ajungem la o anumită profunzime a gândirii. Vom simţi în mod automat alchimia dintre noi şi o persoană cu un nivel apropiat al maturităţii şi profunzi-

mii. Această maturitate nu depinde în mod necesar de vârstă, dar ea e un factor important.

Unul dintre modurile în care puteţi trăi această experienţă e să mergeţi în locuri unde sunteţi siguri că veţi întâlni persoane de vârsta voastră. Reuniunile cu colegii de şcoală sunt extraordinare pentru asta. Chiar dacă nu întâlneşti pe loc persoana potrivită, reluând legătura cu acei prieteni, poţi fi ajutat să găseşti pe cineva. Mulţi dintre prietenii lor sunt de vârsta voastră.

Nu ne putem recunoaşte cu adevărat sufletul pereche înainte de a fi pregătiţi. Mai întâi, trebuie să ne cunoaştem pe noi înşine pentru a ne da seama care este persoana potrivită pentru noi. De fiecare dată când ajungem la stadiile superioare ale întâlnirilor, devenim mai maturi şi ne creşte puterea de discernământ.

După ce puneţi punct unei relaţii lungi sau unei căsnicii, unul dintre cele mai bune moduri de a întâlni persoana potrivită este să vă întâlniţi cu foşti parteneri alături de care aţi simţit ceva deosebit. După câteva luni în care vă vindecaţi după ruperea unei relaţii, când vă simţiţi restabiliţi şi autonomi, acordaţi-vă o perioadă de timp pentru a vă reîmprieteni cu foştii parteneri încă disponibili.

Pur şi simplu sunaţi-i pentru a vă apropia din nou şi vedeţi dacă sar scântei. Mulţi oameni evoluează şi se maturizează în cadrul unei relaţii, astfel încât, atunci când trec mai departe, simt că sunt pregătiţi pentru o relaţie care nu a mers bine în trecut. Haideţi să vedem un exemplu.

Cum să vă reluaţi legătura cu un partener din trecut

Tricia, o bibliotecară, îmi povestea: „Pusesem în sfârşit punct unei relaţii de doi ani şi de-abia aşteptam să petrec un weekend liniştit, în rugăciune, meditaţie, citit. Simţeam că, pentru o vreme, avusesem de-a face destul cu bărbaţii şi mi-am zis că weekendul acela e pentru relaţia mea cu Dumnezeu."

Apoi, din senin, a sunat Tommy, un fost prieten. Nu mai vorbiseră de patru ani. Avuseseră o relaţie de mai bine de un an, dar după un timp, fiecare o luase pur şi simplu pe drumul lui. Tricia simţise mereu o legătură deosebită între ea şi Tommy şi a fost foarte supărată când el a început o relaţie cu altcineva.

În timpul conversației, el i-a spus că a fost căsătorit și a divorțat după doi ani și că în ultimul an a fost din nou singur. O sunase doar să vadă ce mai face. La telefon, după ce i-a auzit vocea, și-a dat seama că a făcut o mare greșeală despărțindu-se de ea. I-a spus: „E minunat să vorbesc cu tine după atâta timp. Simt că te iubesc atât de mult. E ca și cum îngerii din Rai ar cânta."

După un singur telefon, Tommy și-a dat seama că era pregătit să aibă o relație bazată pe un angajament. Era pregătit să treacă la cel de-al treilea stadiu pentru că ajunsese să știe ce vrea și să simtă alchimia la toate cele patru niveluri: fizic, emoțional, mintal și spiritual. Vroia să mai dea o șansă relației. Se maturizase atât de mult după ultima relație încât a știut pe loc că ea e persoana potrivită pentru el.

Tricia i-a spus că weekendul următor îi era rezervat lui Dumnezeu. În loc să considere asta drept un răspuns negativ, Tommy s-a entuziasmat și i-a zis: „Asta e; de asta trebuia să te șun. Sunt răspunsul la rugăciunile tale." Amândoi au râs. Tommy a fost atât de insistent, încât Tricia a fost de acord să vină la ea. Tommy a mers șase ore cu mașina pentru a fi cu ea. A luat și o amendă pentru viteză.

Au vorbit toată noaptea. După o lună s-au logodit și după șase s-au căsătorit. Tommy și Tricia se mai iubiseră și înainte, dar pur și simplu nu fusese momentul potrivit. Cu înțelepciunea ce vine doar odată cu experiența, ei și-au dat seama că sunt suflete pereche.

Maturitate înseamnă înțelepciune

Pe măsură ce ne maturizăm, devenim mai înțelepți și ne putem controla mai bine. Dacă avem obiceiuri proaste, vom avea motivația de a ne descotorosi de ele. Începem să apelăm la celelalte persoane care încearcă să-și facă ordine în viață.

Participând la diverse ședințe de consiliere de grup, veți avea șansa de a simți alchimia ce vine din niveluri apropiate de maturitate. Există tot felul de astfel de seminare. Există seminare organizate de biserică, grupuri de „părinți fără părinți", alcoolici anonimi și așa mai departe. Toate aceste locuri sunt extraordinare pentru a vă face noi prieteni, care vă vor deschide multe uși pentru a vă găsi sufletul pereche.

Participând la diverse şedinţe de consiliere de grup, puteţi întâlni persoane la fel de mature ca voi.

Dacă nu faceţi schimbările pe care credeţi că trebuie să le faceţi, veţi fi mai puţin atrăgători pentru ceilalţi. Un posibil suflet pereche poate simţi că lipseşte ceva. A găsi ceea ce lipseşte e o altă încercare de vă face ordine în viaţă.

Cum să vă faceţi ordine în viaţă

Când Justin a auzit asta, şi-a dat seama că i-a fost din nou frică să încerce să se lase de fumat. Credea că, dacă încearcă, o să dea greş. Când a auzit că puterea de a te schimba creşte odată cu maturizarea, s-a decis din nou să se lase de fumat. Avea treizeci şi opt de ani şi s-a hotărât că poate face asta.

La o petrecere, le-a spus câtorva prieteni că s-a lăsat de fumat. Erau foarte mândri de el. În seara aceea, Christina, o fostă iubită, l-a abordat şi au început să vorbească. Ea era foarte impresionată de schimbarea lui. Şi-a dat seama că atunci când fusese foarte atrasă de el, faptul că fuma a fost principalul motiv care a reţinut-o să se implice total în relaţie. Justin şi Christina erau suflete pereche, dar n-au ştiut-o până când Justin nu a ajuns la un anumit nivel de maturitate.

Nu era vorba de faptul că fumatul îl făcea neatrăgător pe Justin. Ceea ce îl făcea neatrăgător era faptul că nu făcea tot ce ar fi putut face. Păstrându-şi obiceiurile la care ar fi putut să renunţe, fiind destul de puternic şi matur, el devenea mai puţin atrăgător. Pentru că se angajase să se schimbe, amândoi au putut, într-un final, să-şi ia angajamentul de a se căsători.

Cu cât ştim mai multe, cu atât ne dăm seama că ştim mai puţine

Cu cât ştim mai multe, cu atât ne dăm seama că ştim mai puţine. Având înţelepciunea dată de maturitate, căutăm în mod automat informaţii despre subiecte apropiate de sufletul nostru. Un alt mod de a găsi pe cineva la fel de matur ca noi e să participăm la un seminar pe o temă importantă pentru starea noastră de bine.

Carol, o agentă de vânzări ce lucra în domeniul asigurărilor, mi-a spus: „Mi-am întâlnit soţul la un seminar Marte/Venus. Am fost foarte impresionată de dorinţa lui de a învăţa mai multe despre femei şi relaţii. M-am gândit că, dacă există vreo persoană care să vrea să se căsătorească, atunci trebuie să fie cineva care să ştie aceste lucruri despre bărbaţi şi femei, sau care să fie interesat să le afle. Cred că vroiam o asigurare.

Am ştiut imediat că pot să am încredere în el. Simţeam că soarta e cea care ne-a adus împreună. Dar am ajutat-o şi eu puţin. Mersesem doar la şapte cursuri când l-am întâlnit. Soarta mi-a surâs când am întâlnit un bărbat interesat să aibă o relaţie de calitate."

Desprinderea de trecut

Uneori, pe măsură ce înaintăm în vârstă, presupunem că lucrurile vor fi la fel. Nu ne dăm seama că tiparele pot şi chiar se schimbă. Atât bărbaţii, cât şi femeile se reţin în a se implica într-o relaţie când presupun că toate sunt la fel. Când încercăm, pentru o perioadă de timp, să învăţăm din greşelile din relaţiile precedente, putem avea încredere că următoarea relaţie o să fie mai bună.

Pauline era manager al unei companii de telefonie. Îmi povestea: „L-am întâlnit pe soţul meu, Craig, la o petrecere. Prietenii ne-au făcut cunoştinţă, dar eu nu eram deloc interesată să mă implic din nou într-o relaţie. Mai fusesem căsătorită de două ori înainte. Dar Craig avea ceva special. Nu eram deloc atrasă de el din punct de vedere fizic, dar era cel mai interesant bărbat pe care-l cunoscusem până atunci.

Craig e cu şapte ani mai mare ca mine, dar asta mă face să fiu şi mai atrasă de el. Mereu am fost mai matură decât cei de vârsta mea. Reacţionează numai după ce s-a gândit bine şi a analizat cu atenţie. Apreciez înţelepciunea cu care vede lumea.

Mi-am dat seama că aveam nevoie de cineva mai matur pentru a mă stimula. În relaţiile de până atunci, îmi urmasem mereu instinctele sexuale, dar de data aceasta, deşi nu exista alchimie sexuală, mi se părea o persoană foarte interesantă. Mi-a făcut curte. După un timp, s-a întâmplat. Am fost cu adevărat uimită când m-am simţit atrasă şi fizic de el, cu pasiune. A durat un timp s-o construim, dar continuă să ardă.de ani buni."

CEL DE-AL PATRULEA ELEMENT AL ATRACŢIEI: REZONANŢA

Cel de-al patrulea element al atracţiei e rezonanţa. Sufletele pereche au valori similare, care intră în rezonanţă. Acest element al atracţiei ne inspiră să dăm tot ce putem din noi. Când suntem cu partenerul, lucrurile care sunt importante pentru el rezonează cu ceea ce e cu adevărat important pentru noi.

Valorile partenerului în ceea ce priveşte religia, familia, serviciul, timpul liber, politica, banii, caracterul, sexul şi căsătoria rezonează cu ale voastre şi vă inspiră. Veţi fi capabili să vedeţi aspectele pozitive ale sufletului vostru pereche, să-i respectaţi şi să-i admiraţi valorile. A avea valori asemănătoare nu înseamnă că veţi gândi şi veţi simţi în mod obligatoriu la fel. Veţi putea să respectaţi punctul de vedere al partenerului voastră şi să admiraţi locul din care vine acesta.

Unul poate fi democrat, iar celălalt republican. Deşi abordează în mod diferit lucrurile, ambii apreciază o guvernare dreaptă, pentru binele poporului. Dacă unul ar aprecia tirania dictaturilor, iar celălalt democraţia, rezonanţa dintre ei nu ar fi destul de puternică pentru a duce la alchimie spirituală.

Cele mai obişnuite locuri unde oamenii îşi găsesc sufletul pereche e la biserică, sinagogă sau alt locaş de cult. Asta pentru că oamenii ce împărtăşesc aceleaşi valori vor fi atraşi de o anumită instituţie religioasă. Acolo pot întâlni oameni ale căror valori spirituale rezonează cu ale lor.

Roberto s-a simţit atras de Lucia pentru că valorile lor rezonau. Roberto, de meserie inginer, mi-a spus: „Am întâlnit-o pe soţia mea, Lucia, la biserică. Am mers la câteva cursuri împreună şi într-un final am ieşit împreună. Am observat-o imediat, dar, pe măsură ce am cunoscut-o, m-am îndrăgostit de ea. Cred că faptul că aveam aceeaşi credinţă ne-a făcut să ne acceptăm şi să avem încredere unul în celălalt cu mai multă uşurinţă. Suntem foarte diferiţi, dar avem aceleaşi convingeri despre viaţă şi familie. I-am respectat valorile şi am vrut să fie mama copiilor mei. Mă simt foarte norocos că am cunoscut-o. Cred că aşa a fost să fie."

Valorile comune ne fac compatibili cu partenerul nostru. Ne ajută să trecem peste problemele pe care le aduce orice relaţie. Când trecem prin inevitabilele momente bune şi mai puţin bune, ne putem ridica mereu dacă, adânc în sufletul nostru, rezonăm cu cele mai importante valori ale partenerului. Această compatibilitate ne permite să facem compromisuri fără să renunţăm la personalitatea noastră sau la lucrurile importante pentru noi. Mergând în locuri unde valorile noastre sunt împărtăşite de ceilalţi, suntem siguri că ne vom găsi sufletul pereche.

DISTRACŢIE ÎN DOI

Un alt mod de a vă găsi sufletul pereche e să mergeţi în călătorii. Dacă vă place să dansaţi, să petreceţi şi să vă distraţi, atunci vacanţele unde toată lumea mănâncă împreună şi participă la aceleaşi activităţi recreaţionale sunt ideale pentru a vă întâlni sufletul pereche. Croazierele şi staţiunile de tipul Club Med sunt ocazii ideale de a vă găsi partenerul potrivit.

Crystal, de meserie profesoară, povestea: „Mi-am întâlnit soţul, Charlie, într-o staţiune Club Med. Amândoi eram instructori. Amândurora ne plăceau sporturile de apă şi distracţia. Charlie e un dansator excelent şi m-am îndrăgostit de el pur şi simplu. Cred că destinul ne-a adus împreună în acel loc. Erau foarte multe alte staţiuni din care aveam de ales, iar aceea nici măcar nu era cea în care mi-aş fi dorit să lucrez. Era singura care avea un post liber.

Acum, Charlie lucrează în domeniul editorial. Încă ne mai place să mergem împreună în vacanţe şi locuim pe malul apei. Când ne certăm, ne facem timp să mergem undeva să dansăm sau să ne plimbăm cu barca, iar apoi e mult mai uşor să ne împăcăm."

21

101 LOCURI UNDE VĂ PUTEŢI ÎNTÂLNI SUFLETUL PERECHE

Combinând cele patru elemente ale alchimiei – interese diferite, nevoi complementare, maturitate şi valori ce rezonează – avem şansa ca dragostea noastră să fie una pasională şi de durată. Pentru a găsi un partener şi a avea şansa unei astfel de iubiri, trebuie să căutăm în locurile potrivite. Nu trebuie să aşteptăm să se ivească o ocazie sau să ne întâlnim din întâmplare cu cineva. Putem începe să ne căutăm sufletul pereche ducându-ne în locuri unde soarta ne e favorabilă. Haideţi să trecem în revistă toate modurile şi locurile unde vă puteţi găsi sufletul pereche şi să le analizăm mai detaliat. Pe măsură ce citiţi această listă, vedeţi dacă puteţi recunoaşte ce element al atracţiei puteţi fi sigur să găsiţi.

101 MODURI DE A VĂ ÎNTÂLNI SUFLETUL PERECHE

1. Mergeţi la petrecerea unui prieten, daţi chiar voi înşivă o petrecere, mergeţi cu prietenii într-un loc unde puteţi dansa. Nu există mod mai bun de a cunoaşte pe cineva decât cunoştinţa făcută de un prieten.
2. Daţi-i un telefon fostei iubite a unui prieten sau fostului iubit al unei prietene dacă şi când nu se mai întâlnesc. Asiguraţi-vă că prietenul sau prietena voastră nu se mai întâlneşte cu acea persoană.
3. Implicaţi-vă într-o relaţie cu un prieten vechi al cărui partener de viaţă a murit sau care a divorţat. Chiar dacă în trecut atracţia nu a existat între voi, poate o veţi descoperi acum când prietenul e disponibil.
4. Participaţi la programul „Adoptaţi un celibatar". Rugaţi un cuplu să vă adopte pentru o perioadă de trei luni şi să vă

prezinte prietenilor lor. Întrebaţi-i cum s-au cunoscut şi apoi încercaţi să mergeţi în locuri asemănătoare. Petreceţi mai mult timp cu cupluri care au căsnicii fericite; ceea ce îi leagă s-ar putea să fie contagios. Faptul că aveţi în minte o imagine pozitivă despre cum ar putea fi o relaţie vă va ajuta să alegeţi persoana potrivită. Dacă aveţi o părere negativă despre sexul opus, veţi continua să aveţi relaţii nefericite.

5. Alăturaţi-vă unei cauze a comunităţii sau participaţi la o activitate în serviciul comunităţii, cum ar fi hrănirea săracilor sau ajutarea orfanilor. Nu numai că vă veţi simţi bine, dar veţi şi întâlni oameni care vă admiră şi care vă apreciază bunăvoinţa. Astfel, vă veţi întâlni sufletul pereche.
6. Mergeţi în locuri unde competenţele voastre să fie apreciate şi unde oamenii să se simtă în largul lor atunci când vă cer sprijinul sau sfatul. Nu ezitaţi să întâlniţi pe cineva oferindu-i ajutor sau sprijin.
7. Participaţi la cursuri deosebit de populare datorită unui profesor interesant, care-i stimulează pe elevi. Apoi, când întâlniţi pe cineva, şi voi veţi părea interesanţi. Rugaţi un partener potenţial să vă ajute cu tema pentru un seminar sau să faceţi împreună un proiect.
8. Mergeţi la reuniunile cu colegii de şcoală. Foarte mulţi oameni se îndrăgostesc când se revăd. Uneori, pur şi simplu nu suntem pregătiţi pentru sufletul nostru pereche, dar atracţia poate continua să existe.
9. Mergeţi în locuri unde trebuie să faceţi lucruri la care nu excelaţi, astfel încât să vă simţiţi în largul vostru atunci când vă adresaţi cuiva şi faceţi cunoştinţă cu el sau ea rugându-i să vă ajute. Un bărbat poate fermeca o femeie şi atunci când e deschis la sfaturile ei.
10. Împrieteniţi-vă cu prietenii celui pe care vreţi să-l cunoaşteţi. Fiţi direcţi în relaţia cu ei, punând întrebări despre respectiva persoană.
11. Mergeţi în locuri unde norocul să vă surâdă. Femeile ar trebui să meargă în locuri unde sunt mulţi bărbaţi şi viceversa.

12. Mergeţi la o şedinţă a consiliului local. Veţi putea face cu uşurinţă cunoştinţă cu ceilalţi şi veţi putea vorbi despre părerile lor despre ceea ce se discută. A asculta şi a sprijini părerile şi convingerile cuiva atunci când acea persoană se simte contrazisă vă poate împrieteni pe viaţă.
13. Mergeţi în locuri unde oamenii sunt interesaţi de lucruri care nu vă interesează. Dacă nu vă interesează muzeele, mergeţi la un muzeu de artă şi puneţi întrebări pasionaţilor de artă.
14. La restaurant, femeile ar trebui să se ridice şi să meargă de mai multe ori la toaletă astfel încât bărbaţii să aibă ocazia să le vadă şi să fie interesaţi de ele. Ei ar trebui să-şi asume riscul şi să se ridice pentru a face cunoştinţă cu ele. Pot pur şi simplu să le dea o carte de vizită dacă sunt timizi.
15. Intraţi în contact vizual cu persoana de care sunteţi interesat. Femeile se pot uita în altă parte, pot vorbi cu o prietenă, rugând-o să se uite, apoi pot să mai vorbească puţin, să se uite înapoi şi apoi să zâmbească. Astfel, ele le dau bărbaţilor mesajul clar că sunt interesate.
16. Mergeţi în locuri unde să vă placă ceea ce purtaţi. Dacă vă simţiţi bine în costum de baie, mergeţi la plajă. Dacă nu, nu vă obosiţi. Duceţi-vă acolo unde vă simţiţi frumoşi.
17. Purtaţi uniformă din când în când, chiar şi în afara serviciului. Vă face mai accesibil. Ceilalţi vor simţi că vă pot pune întrebări sau vă pot cere ajutorul.
18. Creaţi ocazii de a întâlni oameni şi din afara grupului cu care sunteţi. Pentru un bărbat, abordarea unei femei dintr-un grup de şase femei poate fi ceva foarte intimidant. Dacă e respins, va şti că toate şase vor vorbi despre el.
19. La o petrecere, când o femeie se tot mişcă de colo-colo, bărbaţilor le va fi mai uşor s-o abordeze. Evitaţi să rămâneţi lipită de canapea.
20. Oamenii se simt mereu în largul lor atunci când vorbesc şi se întâlnesc în bucătării. Staţi acolo unde se află mâncarea.
21. Luaţi parte la strângeri de fonduri pentru biserici sau şcoli, întâlniri, evenimente şi aniversări.

22. Şi mai bine, ajutaţi la organizarea evenimentelor propuse de biserici, şcoli, comunitatea locală.
23. Alăturaţi-vă asociaţiei de sprijin de pe lângă biserică. E întotdeauna mai uşor să faci cunoştinţă cu alţi oameni atunci când fac servicii în slujba comunităţii. Se pot oferi să vă ajute sau vă pot cere ajutorul.
24. Mergeţi în locuri unde se desfăşoară activităţi pentru care nu aveţi competenţele necesare şi unde aveţi nevoie de ajutorul celorlalţi.
25. Dacă sunteţi singur şi aveţi copii, faceţi cunoştinţă cu toţi părinţii copiilor voştri. Împrieteniţi-vă având pe rând grijă unii de copiii celorlalţi. Rugaţi-i să aibă grijă de copilul vostru din când în când; apoi, şi ei se vor simţi în largul lor să vă ceară acelaşi lucru. Apoi rugaţi-i să vă adopte ca „prieten celibatar" şi să vă ajute să întâlniţi pe cineva.
26. Oferiţi-vă să vă ocupaţi de aşezarea pe scaune sau de ecusoane la un eveniment organizat de o şcoală, o biserică şi de comunitatea locală. Astfel veţi putea intra în contact cu toate persoanele singure.
27. Ajutaţi sau învăţaţi cum să ajutaţi la organizarea unui seminar Marte/Venus sau al altui program pentru celibatari, pentru a întâlni persoane cu valori asemănătoare.
28. Dacă sunteţi democrat, participaţi la o întâlnire sau marş al republicanilor. Lăsaţi-i să încerce să vă convingă că punctul lor de vedere e cel bun. Acest lucru facilitează conversaţiile şi crearea legăturilor.
29. Dacă nu sunteţi interesat de grădinărit, participaţi la un curs de grădinărit sau cumpăraţi legume dintr-o piaţă de unde se aprovizionează iubitorii grădinăritului.
30. Dacă nu sunteţi pasionat de istorie, participaţi la un tur ghidat al oraşului. Puneţi multe întrebări şi faceţi cunoştinţă cu cei din comunitatea voastră.
31. Dacă nu ştiţi cum să folosiţi un video, mergeţi la un magazin de aparatură electrică şi puneţi întrebări. Sau mergeţi la expoziţia anuală unde sunt prezentate ultimele invenţii în materie.

32. Dacă nu sunteţi interesaţi de psihologie şi nu aţi fost niciodată la psiholog, mergeţi la un seminar de dezvoltare personală şi faceţi cunoştinţă cu oameni interesaţi de asta şi care au avut de câştigat în urma terapiei.
33. Dacă nu vă uitaţi la *Monday Night Football*, începeţi să mergeţi la evenimente sportive de toate felurile, de la fotbal, baseball, baschet şi fotbal american pentru copii, până la meciurile din ligile profesioniste. Puneţi multe întrebări, pentru a învăţa regulile şi a şti care sunt jucătorii.
34. Aduceţi mâncare la evenimentele organizate de comunitate.
35. Dacă nu sunteţi o persoană religioasă, începeţi să mergeţi la biserica din apropiere sau la sinagogă sau la alt locaş de cult. Întrebaţi-vă prietenii la care dintre ele să mergeţi. Mergeţi la cursurile pe care le ţin.
36. Dacă cumpăraţi mereu cărţi, încercaţi să petreceţi mai mult timp în biblioteci, unde oamenii citesc, dar nu cumpără.
37. Dacă nu citiţi prea mult, încercaţi să petreceţi mai mult timp în librării şi întrebaţi-i pe ceilalţi care sunt autorii lor preferaţi. Începeţi o conversaţie şi cunoaşteţi-i pe ceilalţi punându-le mai multe întrebări despre cărţile lor preferate.
38. Mergeţi la sesiunile de autografe ale scriitorilor pe care chiar îi apreciaţi.
39. Dacă nu mâncaţi în oraş, încercaţi să luaţi mai des masa la restaurant.
40. Dacă aveţi un restaurant preferat, încercaţi unul nou din când în când.
41. Dacă nu sunteţi o persoană matinală, treziţi-vă mai devreme şi mergeţi la plimbare sau alergaţi pentru a-i cunoaşte pe cei matinali.
42. Dacă mergeţi foarte rar pe jos, încercaţi să vă plimbaţi prin cartier la aceeaşi oră timp de o săptămână. Schimbaţi ora după o săptămână. Continuaţi să schimbaţi ora şi, în final, veţi cunoaşte mai mulţi oameni. Contactele repetate dau un sentiment de familiaritate, care poate stimula atracţia.

43. Dacă mergeţi des la film, încercaţi să mergeţi să închiriaţi casete video. Puneţi întrebări legate de filme persoanelor pe care le consideraţi atrăgătoare.
44. Dacă mergeţi foarte rar la teatru, încercaţi să mergeţi la barurile şi restaurantele la care se merge după teatru.
45. Dacă mergeţi foarte rar la teatru, dar nu mergeţi la film, atunci mergeţi la un film de-abia apărut şi aşteptaţi la rând. Aşteptarea la rând e un mod extraordinar de a cunoaşte oameni.
46. Dacă nu mergeţi la lansări sau evenimente importante pentru că nu vă place aglomeraţia, probabil că sufletul vostru pereche e acolo şi îl rataţi.
47. Dacă vă place opera, dar nu şi concertele de muzică pop, încercaţi să mergeţi la un concert cu prietenii. E posibil să vă întâlniţi sufletul pereche.
48. Dacă nu vă place să dansaţi, mergeţi undeva unde să puteţi dansa. Luaţi lecţii de dans şi mergeţi la concursuri de dans.
49. Dacă vă place să luaţi masa în oraş, luaţi lecţii de gătit şi învăţaţi să gătiţi.
50. Dacă vă place să gătiţi, nu rataţi nici o ocazie să gătiţi pentru prietenii voştri. Lăsaţi-i pe toţi să afle ce bucătar talentat sunteţi.
51. Dacă beţi şi în general mergeţi în baruri, încercaţi să mergeţi şi în cafenele unde nu se serveşte alcool. E posibil ca sufletul vostru pereche să nu bea.
52. Dacă nu vă place să ascultaţi muzică la volum maxim, adunaţi un grup de prieteni şi mergeţi undeva unde muzica e dată tare. Purtaţi dopuri de urechi şi dansaţi cât puteţi de mult. Dacă întâlniţi pe cineva, daţi-i de înţeles că v-ar plăcea să vă întâlniţi undeva unde să vă puteţi auzi unul pe celălalt.
53. Dacă sporturile de apă nu vă atrag, mergeţi într-o vacanţă unde majoritatea oamenilor sunt îndrăgostiţi de sporturile de apă.
54. Dacă nu aţi fost niciodată într-o croazieră sau dacă nici măcar nu sunteţi interesat să mergeţi într-una, aveţi un motiv în plus să mergeţi într-o croazieră şi să cunoaşteţi pe cineva căruia îi plac la nebunie croazierele.

55. Dacă nu vă place să aşteptaţi la rând, e posibil ca sufletul vostru pereche să fie o persoană răbdătoare care aşteaptă pe undeva la rând. Dacă nici măcar nu puteţi suporta aşteptatul la rând, măcar mergeţi la lansări şi evenimente la modă şi plimbaţi-vă pe lângă cei care stau la rând, ca şi cum aţi căuta pe cineva.
56. Dacă vă luaţi de acasă mâncare la pachet pentru masa de prânz, încercaţi să mâncaţi în oraş din când în când.
57. Dacă nu faceţi pauze la serviciu, luaţi-vă una pentru un ceai sau o cafea – e posibil să întâlniţi pe cineva.
58. Dacă mâncaţi des în oraş, încercaţi să petreceţi mai mult timp la piaţă. E posibil ca sufletului vostru pereche să-i placă să gătească.
59. Dacă preferaţi alimentele sănătoase, e posibil ca sufletul vostru pereche să vă aştepte să-l inspiraţi. Încercaţi să mâncaţi şi la fast-food din când în când.
60. Dacă de obicei vă plac distracţiile şi mesele rafinate, la modă, încercaţi să ieşiţi cu prietenii la un local mai simplu, mai relaxat şi mai puţin scump.
61. Dacă o femeie se machiază puternic sau poartă multe bijuterii, ar trebui să încerce să poarte mai puţine şi câteodată deloc. Sufletul ei pereche o va iubi aşa cum e şi s-ar putea să dureze ceva timp înainte s-o placă şi machiată.
62. Dacă o femeie se îmbracă mereu sexy şi atrage atenţia multor bărbaţi, ar trebui să încerce să se îmbrace mai puţin provocator şi să atragă atenţia unor bărbaţi cu mai mult discernământ, care sunt şi ei interesaţi s-o cunoască.
63. Dacă nu vă place să vă îmbrăcaţi elegant, alegeţi în fiecare lună un eveniment unde ţinuta e obligatorie. Croazierele sunt perfecte pentru asta. Există multe evenimente protocolare. Orice bărbat arată bine în frac, chiar dacă nu-i place să se îmbrace la patru ace. Femeile au ocazia să strălucească atunci când se îmbracă elegant.
64. Dacă vă place să staţi pe malul mării şi nu pe marginea piscinei, încercaţi să faceţi o schimbare. Staţi în fiecare zi pe marginea piscinei, pentru a cunoaşte şi acolo oameni noi.

65. Dacă nu vă place nisipul şi preferaţi să vă petreceţi timpul la piscină, încercaţi să faceţi plimbări lungi pe malul mării. E posibil ca sufletului vostru pereche să-i placă nisipul.
66. Dacă nu vă place să staţi la soare sau nu sunteţi bronzată, îndreptaţi-vă spre staţiunile iubitorilor de soare. E posibil ca sufletului vostru pereche să-i placă să stea la soare.
67. Dacă nu vă place să mergeţi cu cortul, începeţi să mergeţi. Petreceţi mai mult timp în magazinele cu articole de munte şi puneţi multe întrebări. Adunaţi câţiva prieteni şi mergeţi cu cortul în locuri unde veţi întâlni şi alţi oameni care merg cu cortul şi care merg pe munte.
68. Dacă nu vă place să mergeţi cu bicicleta, începeţi să vă antrenaţi muşchii şi porniţi într-o excursie în grup, pe biciclete. Dacă vă faceţi prieteni noi, chiar dacă nici unul dintre ei nu e alesul sau aleasa, ei vă pot face cunoştinţă cu persoana potrivită.
69. Dacă nu vă place să schiaţi, atunci mergeţi la schi cu prietenii şi petreceţi mai mult timp în zonele unde oamenii mănâncă, beau sau îşi petrec timpul în bazine cu apă fierbinte sau la spa.
70. Bărbaţii pot întâlni foarte multe femei mergând la şedinţe de gimnastică, în timp ce femeile pot întâlni bărbaţi la sala de forţă. Pot face cunoştinţă uşor, petrecând puţin timp în complexul sportiv.
71. Mergeţi în excursii în natură şi faceţi-vă prieteni noi.
72. Dacă vă place să faceţi mişcare sau să vă jucaţi în interior, încercaţi să faceţi sport şi să vă jucaţi afară. De obicei, atracţia e mare între cei care preferă interiorul şi cei cărora le place aerul liber.
73. Dacă sunteţi o persoană matinală, faceţi efortul de a ieşi în oraş seara şi de a sta treji până târziu. Persoana potrivită pentru voi s-ar putea să fie o pasăre de noapte sau un petrecăreţ care are nevoie de stabilitatea pe care i-o puteţi oferi.
74. Participaţi la proiecte organizate de şcoli, de exemplu piese de teatru, ceremonii, strângeri de fonduri şi activităţi sportive. Veţi avea ocazia să-i întâlniţi pe toţi părinţii singuri. Chiar

dacă nu aveţi copii, ajutaţi-vă un prieten cu copii, ducându-i la aceste evenimente. Când vă implicaţi într-o relaţie cu cineva care are copii, veţi avea ca bonus recunoştinţa partenerului pentru faptul că sunteţi alături de copii.

75. Aveţi grijă de copilul unui prieten şi plimbaţi-vă cu el prin parc sau împrumutaţi câinele cuiva. Femeile sunt atrase în mod special de bărbaţii care pot avea grijă de un copil sau de un animal de companie. Când un bărbat sau o femeie plimbă un câine, e uşor să începi o conversaţie despre animal. Toţi sunt atraşi de copii şi se simt liberi să înceapă o conversaţie.
76. Dacă vă place să vă îmbrăcaţi la patru ace, încercaţi să purtaţi haine mai simple.
77. Dacă sunteţi întotdeauna foarte organizat şi vă planificaţi timpul liber, nu mai faceţi planuri şi urmaţi-vă instinctul. Uneori ne închidem atât de mult printre propriile gânduri, încercând să vedem ce să facem, încât instinctele nu ne pot duce spre sufletul nostru pereche.
78. Dacă mergeţi peste tot cu prietenii, încercaţi să mergeţi singuri. Când suntem singuri, nevoia noastră de a fi sprijiniţi tinde să crească şi suntem mai receptivi să întâlnim pe cineva. Ceilalţi sunt mai înclinaţi să se ofere să vă ajute şi să vă susţină când sunteţi singur.
79. Dacă n-aţi călărit niciodată sau dacă nu vă plac caii, e timpul să mergeţi la o plimbare călare.
80. Dacă nu vă place să conduceţi cu viteză, mergeţi la un circuit de curse sau la un concurs de automobilism pentru amatori. Destul de des, dacă unuia dintre parteneri îi place viteza, celuilalt îi place să meargă încet, în siguranţă.
81. Dacă vă place să trăiţi în lux, încercaţi să mergeţi într-o excursie în natură, cu rucsacul în spate, şi vă puteţi găsi acolo sufletul pereche. Nu trebuie să mergeţi singuri; sunt tot felul de asociaţii care vă pot ajuta. Mergeţi la un magazin de echipament de munte şi angajaţii vă vor da ajutorul de care aveţi nevoie.
82. Dacă nu aţi mai fost la un târg de vechituri, atunci acum e momentul să începeţi cumpărăturile. Dacă nu mergeţi la

târguri, e posibil ca partenerul potrivit pentru voi să aştepte reducerile înainte de a merge la cumpărături. E posibil să trebuiască să puneţi de-o parte ceva mai mult, iar pe el sau ea îi veţi întâlni acolo unde se fac reducerile, încercând să economisească ceva bani.

83. Dacă aveţi o rutină bine stabilită, încercaţi s-o schimbaţi, pentru a crea ocazii ca lucrurile să se întâmple. Încercaţi s-o luaţi pe alt drum spre serviciu. Încercaţi toate drumurile.
84. Dacă parcaţi mereu într-o parcare la serviciu, încercaţi să parcaţi puţin mai departe şi să mergeţi puţin pe jos. Faceţi mişcare şi în acelaşi timp puteţi întâlni oameni noi.
85. Mergeţi singuri într-o excursie de grup ce presupune plimbări cu barca pe râu. Când nu cunoaşteţi pe nimeni şi aveţi parte de o aventură palpitantă, o nouă latură a firii voastre poate ieşi la iveală.
86. Dacă vă place să mergeţi la concerte rock 'n' roll, încercaţi să mergeţi la concerte de muzică simfonică sau la operă. În timpul pauzei, vă puteţi întâlni sufletul pereche mergând la bufet sau uitându-vă la cei care aşteaptă la rând la toaletă.
87. Ieşiţi în oraş în timpul săptămânii pentru a găsi un partener. Nu aşteptaţi weekendul. În timpul săptămânii e mult mai puţin probabil ca oamenii să fie la întâlniri şi deci sunt mult mai disponibili şi mai interesaţi să cunoască pe cineva.
88. Destul de des, sufletele pereche preferă temperaturi diferite. Dacă în general mergeţi în locuri cu soare, încercaţi să mergeţi undeva unde e mai frig. Mergeţi la schi sau la patinoar. Dacă vă place frigul, încercaţi să mergeţi la plajă pe o zi toridă, pentru a vă găsi partenerul.
89. Dacă nu sunteţi interesat de calculatoare sau de aparatura electrică de înaltă tehnologie, mergeţi la o expoziţie şi puneţi multe întrebări. Oamenilor le va face plăcere să vă ajute. Bărbaţilor le place foarte mult să fie experţi în ceva.
90. Dacă nu sunteţi interesaţi de priveliştile frumoase, sufletul vostru pereche va prefera peisajele frumoase. Mergeţi în locuri care promit privelişti impunătoare şi spectaculoase pentru a vă întâlni sufletul pereche.

91. Faceţi pe turistul în propriul oraş. Prefaceţi-vă că sunteţi singur şi din alt oraş Veţi întâlni tot felul de oameni, care vor să le spuneţi ceva despre oraşul de unde veniţi. Veţi descoperi locuri despre care nu ştiaţi că există, iar în acest timp veţi putea întâlni persoana potrivită. Mergeţi la oficiul de turism pentru a primi sfaturi. Vizitaţi toate obiectivele, parcurile, muzeele, universităţile. Mergeţi în tururi ghidate. Sufletul vostru pereche poate fi un turist ghidat să vină în oraşul vostru pentru a vă găsi.
92. Dacă nu vă plac nunţile, e timpul să începeţi să mergeţi. La nunţi, oamenii sunt foarte entuziaşti. Dacă nu vă atrag, e posibil ca pe partenerul vostru să îl atragă. E posibil să aveţi nevoie de el sau de ea ca sursă de inspiraţie.
93. Mergeţi la cluburi de stand-up comedy. Când râdeţi şi vă simţiţi bine, ce aveţi mai bun iese la iveală. Uneori, când vă simţiţi foarte bine, atrageţi cele mai potrivite persoane.
94. Când nu sunteţi într-o pasă foarte bună, faceţi ceva care vă displace cu adevărat. Astfel, este imposibil să vă simţiţi şi mai rău. Uneori, când suntem prost dispuşi, adânc în sufletul nostru simţim nevoia de a fi iubiţi şi a iubi. Această vulnerabilitate îl poate atrage pe partenerul potrivit, cel care are ceea ce ne trebuie nouă. Uneori, când ne simţim prost şi suntem la pământ, când avem cu adevărat nevoie de ajutor, îngerii Domnului fac minuni.
95. Întâlniţi-vă sufletul pereche publicând sau răspunzând unui anunţ matrimonial. Când scrieţi un anunţ matrimonial, ţineţi minte să vă arătaţi cele mai bune părţi şi să vă păstraţi rolul. Rolul femeii ar trebui să fie asemănător cu cel al unui cumpărător sau cu cel al unui angajator în faţa candidaţilor la un post. N-ar trebui să spună orice pentru a câştiga interesul bărbatului; în schimb, ea ar trebui să scrie ce vrea de la un bărbat şi ce îi place cel mai mult. Pe de altă parte, bărbatul trebuie să-şi păstreze rolul de candidat la un post. Trebuie să vorbească despre el în termeni elogioşi şi să spună ce are de oferit şi ce speră să ofere. Pe scurt, bărbatul arată ce poate oferi, iar femeia ce ar vrea să primească.

96. Agenţiile matrimoniale sunt un mijloc extraordinar de a întâlni persoana potrivită. Ele uşurează procesul de cunoaştere a unei persoane înainte de a vă întâlni. E ca şi cum ai avea un prieten care să-ţi facă cunoştinţă cu cineva. Veţi ajunge să simţiţi că ştiţi ceva despre o persoană înainte de a o întâlni. Dacă n-aţi apela vreodată la un astfel de serviciu, e posibil ca sufletul vostru pereche s-o facă.
97. Dacă aţi terminat şcoala, încercaţi să vă continuaţi formarea. Luaţi cursuri despre lucruri pe care nu le-aţi studiat vreodată, mai ales dacă implică laboratoare, proiecte şi discuţii.
98. Alăturaţi-vă unui cor şi cântaţi – mai ales dacă nu vă place să cântaţi, dacă nu puteţi cânta sau dacă sunteţi prea serios pentru asta. Cântatul eliberează sufletul şi vă va face să conştientizaţi bucuria şi starea de inspiraţie.
99. Mergeţi într-o călătorie unde oamenii plătesc la început, iar apoi împart totul. Unii merg la Club Med sau alte staţiuni similare.
100. Magazinul alimentar e un loc extraordinar pentru a întâlni pe cineva, comparând reţete şi cerând sfaturi. Faceţi-vă un obicei din a pune mereu întrebări sau din a da sfaturi la cumpărături.
101. În avion, staţi pe lângă toaletă şi începeţi o conversaţie în timp ce staţi la rând. E uşor să începeţi o conversaţie întrebându-i pe ceilalţi de unde vin sau unde merg. Plimbaţi-vă pe intervalul dintre scaune, pentru a fi văzut şi pentru a vedea dacă sufletul vostru pereche e acolo.

Întorcându-vă iar şi iar la această listă, nu numai că veţi fi inspirat şi motivat să continuaţi să mergeţi la întâlniri, dar vă veţi găsi mult mai repede sufletul pereche. Mergând în locuri unde şansele de a fi atraşi de cineva sau de a atrage pe cineva sunt mai mari, veţi face ca sentimentul de atracţie să prindă contur. În consecinţă, veţi fi o persoană mai împlinită, capabilă să se bucure de aventurile prin care trece un celibatar.

22

ŞI AU TRĂIT FERICIŢI PÂNĂ LA ADÂNCI BĂTRÂNEŢI

Unii oameni trăiesc fericiţi până la adânci bătrâneţi. Nu au studiat cele cinci stadii ale întâlnirilor şi nici nu au mers la vreun seminar unde să afle cum să-şi aleagă partenerul potrivit. S-a întâmplat pur şi simplu. Ori au trecut lin prin cele cinci stadii fără ca măcar s-o ştie, ori au avut noroc şi au găsit persoana potrivită. După ce s-au căsătorit, au învăţat treptat şi singuri arta de a face o căsnicie să meargă.

Pentru cei mai mulţi dintre noi, capacitatea de a găsi persoana potrivită şi de a face ca relaţia să meargă e ceva ce trebuie învăţat, dezvoltat şi pus în practică. E uşor să-ţi pierzi curajul căutând persoana potrivită dacă nu înţelegi că există multe drumuri diferite pentru a ajunge în acelaşi loc.

CELE TREI MODURI DE A ÎNVĂŢA

Capacitatea de a găsi un partener e o abilitate ca oricare alta; e nevoie de talent, teorie şi practică. Cu cât aveţi mai multe informaţii, cu cât ştiţi mai multe şi cu cât aveţi mai multă experienţă, cu atât vă veţi descurca mai bine. Dacă aveţi şi informaţii şi practică, şansele de a stăpâni o anumită tehnică sunt maxime. Shakespeare făcea aluzie la aceste feluri de a învăţa când spunea: „Unii se nasc mari, alţii dobândesc mărimea, iar altora le-atârnă deasupra capului doar s-o culeagă”. Altfel spus, unii aleargă, unii merg, iar alţii sar. Haideţi să analizăm mai atent aceste trei moduri de a învăţa.

Primul mod: cei care aleargă

Unii oameni pur şi simplu au talent. S-au născut cu un talent enorm. Pot, de exemplu, să se aşeze în faţa unui pian şi să înceapă imediat să cânte. Ascultă o melodie şi pot apoi s-o reproducă. Nu trebuie să se uite la partituri. Aceşti elevi talentaţi, geniile, sunt cei care aleargă. Ajung foarte repede să aibă succes şi realizări într-un anumit domeniu. În ceea ce priveşte relaţiile, alergătorii sunt acei puţini care întâlnesc pur şi simplu pe cineva, se îndrăgostesc şi trăiesc fericiţi până la adânci bătrâneţi. Ei reprezintă o minoritate. Cei mai mulţi dintre noi nu sunt alergători.

Cel de-al doilea mod: cei care merg la pas

Majoritatea oamenilor merg la pas. Învaţă de la profesori şi din greşeli. Nu li s-a dat „măreţia". În schimb, o merită, o ating, o caută şi o găsesc, fac ceva ca lucrurile să se întâmple. Aceşti oameni îşi descoperă talentul prin educaţie şi prin experienţe personale. De exemplu, învăţând să cânte la pian, ei învaţă încet-încet, îndrumaţi de un profesor şi urmărind partitura.

În relaţii, acest lucru poate fi comparat cu a învăţa din fiecare relaţie cum să înţelegem şi să ne „citim" corect partenerul. Mergând înainte într-un ritm constant, cei care merg la pas vor găsi într-un final persoana potrivită pentru ei. Fiecare relaţie îi ajută să se apropie mai mult de găsirea partenerului potrivit. Acordându-şi timp pentru a trece prin diferitele stadii ale întâlnirilor şi a încheia relaţiile cu o atitudine pozitivă, ei vor putea ţinti mai bine şi îşi vor putea găsi sufletul pereche.

Cel de-al treilea mod: cei care sar

Cei care sar au deschis ochii mai târziu. „Măreţia le-atârnă deasupra capului doar s-o culeagă." Ani la rând, ei pot părea că nu înaintează, că nu progresează. E posibil chiar să pară că dau înapoi. Tot exersează, dar fără rezultate. Deşi s-ar putea să pară că nu învaţă nimic, învaţă. Ce intră, trebuie să iasă. Observându-i suficient de mult pe ceilalţi cântând la pian, ascultând suficient de multă muzică şi exersând cât trebuie, într-o zi ei încep pur şi simplu să cânte.

Einstein a făcut parte din categoria celor care sar în ceea ce priveşte vorbitul. Îi asculta pur şi simplu pe ceilalţi vorbind. Observa şi înregistra tot. Apoi, la cinci ani, a început să vorbească cu propoziţii complete. A sărit de la imposibilitatea de a vorbi la propoziţii complete, fără etape intermediare.

În relaţii, cei care sar îşi întâlnesc sufletul pereche mult după ce prietenii lor s-au căsătorit. Spre marea lor surpriză, găsesc pe cineva, se îndrăgostesc şi trăiesc fericiţi până la adânci bătrâneţi. Sunt mulţi cei care, la patruzeci sau cincizeci de ani, încă nu s-au căsătorit sau nu au avut vreo relaţie cu adevărat intimă. Ca o consecinţă a maturizării, talentul şi înţelepciunea lor înnăscute de a avea o relaţie intimă şi plină de tandreţe ies brusc la suprafaţă şi îşi găsesc sufletul pereche. Chiar dacă sunteţi dintre cei care sar, iar timpul vostru nu a sosit încă, înţelepciunea celor cinci stadii vă va ajuta să aveţi relaţii mai mulţumitoare până la acel moment.

Înţelegând aceste trei moduri diferite de a învăţa, putem aprecia mai uşor importanţa celor cinci stadii ale întâlnirilor. În timp ce ne apropiem din ce în ce mai mult de găsirea dragostei adevărate, e uşor să ne abatem de la drum dacă nu înţelegem diferenţele dintre noi.

DIFERENŢELE NU SUNT OBSTACOLE

Chiar şi atunci când simţim alchimia dintre noi şi partenerul nostru, putem foarte uşor face greşeala de a presupune că suntem prea diferiţi pentru a face ca o relaţie să funcţioneze. De aceea, ideile din *Bărbaţii sunt de pe Marte, femeile sunt de pe Venus* i-au ajutat pe foarte mulţi. Multe cupluri fac greşeala de a presupune că sunt prea diferiţi ca nevoile lor să poată fi vreodată satisfăcute.

În multe cazuri, partenerii au început să primească ceea ce îşi doreau, înţelegând diferenţele dintre ei şi descoperind că acele diferenţe erau mai degrabă o sursă de satisfacţie şi sprijin decât un obstacol. În mod asemănător, când întâlniţi pe cineva cu interese diferite, nu înseamnă că relaţia nu are nici o şansă.

Dacă aveţi abilităţi bune de comunicare, interesele diferite nu trebuie să fie o cauză de conflicte. Când o femeie se plânge că soţul ei joacă prea mult golf sau e prea pasionat de sport, problema nu stă, de fapt, în interesul pe care îl arată pentru sport. Problema e inabilitatea lor de a-şi satisface reciproc nevoile.

RESENTIMENTELE DUC LA POLARIZARE

Când bărbaţii şi femeile se înţeleg greşit unii pe ceilalţi, interpretează greşit faptele celuilalt şi îşi comunică în mod greşit sentimentele, partenerii sunt incapabili să se potenţeze unul pe celălalt şi să obţină ceea ce au nevoie. De aici rezultă resentimentele.

Când resentimentele încep să apară, interesele diferite devin extreme. Începem să ne polarizăm. Iată câteva exemple de cum pot resentimentele şi polarizarea să afecteze o relaţie:

Cum resentimentele duc la polarizare

Ea vrea să iasă în oraş; el e obosit.

El vrea să meargă la film; ea vrea să meargă la un concert.

Ea vrea mâncare chinezească; el vrea mâncare italiană.

El vrea să facă dragoste; ea nu are dispoziţia necesară.

Ea vrea să iasă la plimbare; el vrea să se uite la televizor.

El a întârziat la serviciu; ea vrea să vorbească.

În fiecare din aceste exemple, interesele şi dorinţele partenerilor sunt polarizate. Când unul vrea ceva, celălalt vrea altceva.

Când resentimentele încep să apară, interesele diferite devin extreme.

Cu cât ne polarizăm mai mult, cu atât devenim mai interesaţi de lucrurile care nu-i interesează pe partenerii noştri. Când resentimentele sunt eliminate printr-o mai bună comunicare, prin înţelegere şi iertare, diferenţele dintre noi nu mai apar ca obstacole.

De fapt, dacă ne iubim partenerul, în timp devenim mai interesaţi de lucruri de care el sau ea sunt interesaţi.

Suntem atraşi de oameni cu interese diferite pentru că, într-un fel, ne fac să ne simţim compleţi; ne echilibrează viaţa. Prin interesele lor diferite, ei îşi exprimă una dintre laturile personalităţii, pe care noi nu ne-am dezvoltat-o încă. În timp, pe măsură ce dragostea ne uneşte, începem să avem din ce în ce mai multe interese comune. Prezenţa lor ne stimulează dezvoltarea şi ne menţine interesaţi de toate laturile existenţei.

SUFLETELE PERECHE ÎŞI ARMONIZEAZĂ DIFERENŢELE

E foarte important să nu ne aşteptăm ca partenerul nostru să rezoneze atât de mult cu valorile noastre încât să gândească şi să simtă la fel. Trebuie să fim atenţi să nu tragem concluzia că valori rezonante înseamnă interese şi nevoi similare.

Aşa cum am văzut deja, sufletele pereche au interese şi nevoi emoţionale diferite. Dacă valorile rezonează, se creează baza de la care putem începe să lucrăm cu diferenţele dintre noi şi să ajungem la compromisuri echitabile. Rezonanţa îi ajută pe parteneri să-şi armonizeze diferenţele.

Dacă valorile rezonează, se creează baza de la care putem începe să lucrăm cu diferenţele dintre noi şi să ajungem la compromisuri echitabile.

Rezonanţa ne ajută să înţelegem şi să sprijinim punctul de vedere sau nevoile partenerului, chiar şi atunci când perspectivele ne sunt diferite. Deşi uneori e dificil să ajungeţi la o soluţie bună pentru amândoi, cu o bună comunicare, cu dragoste şi valori împărtăşite, acest lucru e posibil.

În timp ce diferenţele dintre noi prezintă cu siguranţă inconveniente, ele ne completează, ne fac mai iubitori şi mai atenţi. Suntem atraşi de cei diferiţi de noi pentru a ne satisface dorinţa profundă de a cuprinde şi de a îmbrăţişa ceea ce e dincolo

de noi. În acest sens, o relaţie ne ajută şi ne sprijină pentru a ne atinge potenţialul maxim.

Suntem atraşi de cei diferiţi de noi pentru a ne satisface dorinţa profundă de a cuprinde şi îmbrăţişa ceea ce e dincolo de noi.

Pentru a ne păstra la un nivel realist aşteptările privind modul în care sufletele pereche îşi armonizează diferenţele, haideţi să vedem câteva exemple de oameni foarte diferiţi care împărtăşesc aceleaşi valori.

- Vincent şi Angela votează partide diferite, dar valorile lor rezonează. Amândurora le pasă şi amândoi sunt dedicaţi bunăstării comunităţii.
- Lui Coleman îi place să cumpere în mod impulsiv, iar lui Robin îi place să analizeze atent obiectul înainte de a-l cumpăra. Amândurora le place să aibă lucruri frumoase în jur. Când cumpără ceva împreună, Coleman petrece mai mult timp alegând obiectul decât ar face-o dacă ar fi singur. De multe ori, ceea ce cumpără împreună e mult mai bun. Alteori, când cumpără ceva pentru el, cumpără imediat.
- Lui Leann îi plac şedinţele la psiholog, iar lui Jack fotbalul. Amândoi fac ce e important pentru ei pentru a se putea relaxa şi a se autocunoaşte. Fiecare respectă abordarea diferită prin care celălalt ajunge la o stare de pace sufletească.
- Lui Jerry îi place să nu vorbească prea mult despre problemele lui, în timp ce Barbarei îi place să spună tot. Fiecare se descurcă în alt mod cu problemele lui, dar se completează perfect unul pe celălalt. Lui îi place să asculte ce s-a mai întâmplat, ei îi place să-i povestească tot. El a învăţat să fie un excelent ascultător când ea vrea să vorbească. Uneori vorbeşte şi el despre ce a făcut peste zi.
- Lucy e foarte sensibilă la anumite lucruri, dar Roger nu e. Ea se supără când planurile se schimbă, el se lasă purtat de val. Roger poate să respecte această diferenţă pentru că împărtăşesc valori comune. Amândoi pun dragostea înaintea diferenţelor dintre ei.
  În timp ce ascultă ce o supără pe ea, Roger o respectă, chiar dacă motivele supărării ei nu i se par atât de puternice. O

poate sprijini chiar dacă nu e neapărat de acord cu părerea ei. Sunt de acord să nu fie mereu de acord.

- Claudia se implică în educaţia copiilor, Clarence nu. Clarence munceşte mult, vrând să ofere tot ce e mai bun familiei sale. Ar putea să apară conflicte între ei, dar nu se întâmplă aşa. Sunt conştienţi că urmăresc acelaşi scop bun – să le ofere copiilor tot ce poate fi mai bun. Numai că o arată în mod diferit.
- Keith vrea să facă dragoste mai des decât Theresa. Amândoi apreciază intimitatea. Lui îi place mai mult intimitatea fizică, ei îi place să-şi împărtăşească viaţa şi sentimentele. Faptul că înţeleg că au aceleaşi intenţii – să se apropie unul de celălalt – îi determină să facă mai uşor compromisuri, fără să simtă că trebuie să renunţe la ceva ce e important pentru ei. Theresa e capabilă să recunoască faptul că dorinţa lui Keith de a face dragoste nu înseamnă că lui nu-i pasă de ea. E felul lui de a se apropia de ea. Îl ajută să se simtă legat de ea.
- Lui Bob îi place aparatura de înaltă tehnologie, în timp ce Avei îi plac lucrurile simple şi demodate. Amândoi sunt interesaţi de felul în care arată casa lor. Cumpărăturile şi reamenajările pot fi o provocare pentru ei, dar rezultatul e mult mai interesant.
- David e interesat de ultimele tipuri de automobile, iar lui Doris îi place să păstreze lucrurile pentru o perioadă lungă de timp. Amândoi se gândesc la cum se pot folosi cel mai bine de ceva. El vrea să aibă cele mai noi maşini, iar ea vrea să folosească ceea ce are, aşa că el îşi ia maşini noi, iar ea şi-o păstrează pe a ei.
- Thelma e pasionată de ecologie, iar Jacob e preocupat de afaceri. Amândurora le pasă de soarta planetei. El se concentrează pe ajutorarea oamenilor prin munca pe care o face, iar ea îi ajută pe oameni prin munca ei de activist şi prin scrisorile pe care le transmite guvernului.
- Lui Paul îi plac petrecerile şi reuniunile; Annei îi place să-şi petreacă timpul cu cel mult câţiva prieteni. Amândoi apreciază interacţiunea de calitate. Petrecerile scot la iveală ceea ce Paul are mai bun, în timp ce întâlnirile în intimitate scot ce e mai bun din Anna. Alternându-le, amândoi primesc ceea ce

îşi doresc. În timp, ei încep să-i placă mai mult petrecerile iar lui activităţile de socializare mai liniştite.

- Lui Jackson îi place să călătorească, dar Marthei îi place să stea în curtea casei. Amândoi apreciază perioadele de relaxare de calitate. Uneori, ea îşi doreşte ca el să fie mai interesat de grădină, în timp ce el ar vrea ca ei să-i placă mai mult călătoriile. Totuşi, cel mai important lucru e că se iubesc foarte mult.

  De-a lungul timpului, Jackson a început să aprecieze şi să-i placă mai mult grădina, în timp ce Martha se bucură mai mult de călătorii. Respectându-şi diferenţele şi făcând unele sacrificii, în final se apropie mai mult unul de celălalt. Ceea ce era enervant la început a devenit o sursă de satisfacţie.

Înţelegând aceste lucruri, ne putem vedea interesele diferite ca sursă de stimulare şi dezvoltare, nu ca pe un obstacol. Datorită diferenţelor, va fi mereu loc de mai bine. Când simţim alchimia, înseamnă că această creştere e posibilă.

CAUŢI ÎN LOCUL POTRIVIT, DAR GĂSEŞTI PERSOANA NEPOTRIVITĂ

Căutând în locul potrivit, până la urmă veţi găsi persoana potrivită, dar uneori e posibil să găsiţi persoana nepotrivită chiar şi în locul potrivit. Puteţi simţi o puternică alchimie, dar să fie pentru o persoană care se dovedeşte a nu fi deloc potrivită. Asta se încadrează în procesul de învăţare. Învăţând ceva din greşeli, vom ajunge să distingem între alchimia sănătoasă şi cea nesănătoasă.

Învăţând să recunoaşteţi alchimia nesănătoasă şi să nu vă bazaţi pe ea, capacitatea de a simţi o alchimie sănătoasă va creşte. Dacă continuaţi să vă implicaţi imediat în relaţii bazate pe o alchimie nesănătoasă, capacitatea de a simţi o alchimie sănătoasă scade. Pentru a trăi fericiţi până la adânci bătrâneţi şi a vă găsi sufletul pereche, e foarte important să faceţi diferenţa între aceste două feluri de alchimie.

ALCHIMIA EMOŢIONALĂ NESĂNĂTOASĂ

Când un bărbat simte că e nevoie de el, alchimia pe care o simte tinde să fie una sănătoasă, dar când el e motivat mai ales de posibilitatea ca nevoile şi dorinţele să îi fie satisfăcute, alchimia pe care o simte nu e în mod necesar una sănătoasă. Dacă se gândeşte doar la ceea ce ar putea obţine, alchimia e nesănătoasă. E posibil să nu fie chiar sănătos, ca şi cum ar fi răcit sau ar avea gripă, sau ar putea să fie foarte bolnav şi să aibă nevoie de ajutorul unui profesionist.

Când alchimia e nesănătoasă, nu înseamnă nimic în ceea ce priveşte adevăratul potenţial al relaţiei. Când problema e corectată, potenţialul unei alchimii sănătoase între doi oameni e posibil să existe sau nu.

Când alchimia e una nesănătoasă, dacă sunteţi atenţi să urmaţi cele cinci stadii ale întâlnirilor şi nu vă grăbiţi să ajungeţi la intimitate, alchimia nesănătoasă va dispărea. De-a lungul celor cinci stadii ale procesului de cunoaştere al partenerului, alchimia nesănătoasă se va diminua. Dacă sunteţi implicat în relaţia potrivită, alchimia va reveni într-un mod sănătos. Iată semnele alchimiei nesănătoase în cazul bărbaţilor.

Semnele alchimiei nesănătoase în cazul bărbaţilor

- E atras de femei bogate pentru că are nevoie de bani sau nu vrea să muncească.
- Se îndrăgosteşte de asistenta care îl îngrijeşte – atracţia trebuie testată şi după însănătoşire. Numai atunci va putea şti dacă are ce să-i ofere în afară de recunoştinţa pentru grija pe care i-a purtat-o.
- Simte că are nevoie de o parteneră foarte atrăgătoare pentru a le demonstra celorlalţi că are succes.
- Simte nevoia de satisfacţie sexuală din partea unei femei ce emană sexualitate, dar ştie în mod clar că nu ar vrea să aibă o relaţie cu ea.

- Vrea să se mute cu o femeie pentru că vrea să împartă chiria. În loc să se mute cu ea, ar putea foarte uşor găsi un prieten cu care să împartă un apartament.
- Vrea să se implice intim imediat după ce a pus punct unei relaţii. E ca o persoană flămândă, dornică de dragoste şi companie. Puterea lui de discernământ e scăzută. După ce se pune pe picioare, îşi poate pierde foarte uşor atracţia pentru ea.
- Simte că o femeie îl iubeşte atât de mult încât nu vrea să încheie o relaţie care merge bine, dar e clar că nu intenţionează să se căsătorească vreodată cu ea.
- E atras de o femeie care spune: „Eşti singurul bărbat de care mi-a plăcut vreodată cu adevărat. Nu eşti ca ceilalţi bărbaţi." Poate suna ca un compliment, dar e un semn că ea încă mai are probleme mari în relaţia cu bărbaţii. Când îşi va da seama că şi el e de pe Marte, ca toţi ceilalţi bărbaţi, va fi foarte dezamăgită.
- E implicat într-o relaţie cu o femeie, dar se simte atras de alta. E clar că asta se poate întâmpla, dar dacă încurajează acest sentiment, făcându-i curte şi flirtând cu ea, se va simţi şi mai atras de alte femei. În relaţia iniţială alchimia nu are nici o şansă să se dezvolte.
- Se simte atras de o femeie nedisponibilă sau nedisponibilă pentru el.
- Se implică într-o relaţie pentru că femeia îl presează, dar nu se simte atras din punct de vedere sexual. Ea poate chiar să-l asigure că aceasta va veni cu timpul. În timp ce atracţia sexuală pe care o simte o femeie se dezvoltă în timp, bărbaţii fie o simt de la început, fie n-o simt niciodată.
- Partenera lui spune că îl iubeşte, dar ceea ce face el nu e de ajuns pentru ea. Sentimentele lui vor varia între dragoste şi ură. E clar că toate femeile vor mereu mai mult, dar ar trebui să primească mesajul clar că el şi ceea ce oferă el e suficient.

Semnele alchimiei nesănătoase în cazul femeilor

Când femeia simte că e nevoie de ea mai mult decât simte că nevoile ei sunt satisfăcute, începe să simtă o atracţie nesănătoasă. Iată câteva exemple:

- Îi pare rău pentru un bărbat şi se întreabă cum se va descurca fără ea.
- Simte că vrea să îl iubească şi că nu e interesată de ceea ce primeşte în schimb. Deşi pare un raţionament nobil, el va deveni din ce în ce mai slab, iar ea va începe să aibă resentimente.
- Bărbatul spune că are foarte mare nevoie de ea, iar ea e atât de flatată încât se implică într-o relaţie cu el.
- Partenerul ei se întâlneşte şi cu alte femei, dar când e cu ea îi spune că e cea mai specială femeie. Dacă el se întâlneşte cu alte femei, ea doar se păcăleşte pe sine. Nu poate fi cea mai specială femeie dacă el iese cu altele. E clar că nu e cea mai specială, chiar dacă el spune că e.
- Vede potenţialul unui bărbat şi simte că ar putea ajunge departe cu ajutorul ei. Când femeia îşi asumă succesul bărbatului, e foarte probabil ca el s-o părăsească într-o zi pentru a găsi o femeie a cărei fericire să şi-o poată asuma.
- Bărbatul are un obicei distructiv, iar ea crede că îl poate ajuta. Această alchimie apare pentru că femeile care nu au o părere bună despre ele însele se simt mai bine când cred că nu ele sunt responsabile pentru problemele pe care le au. Având pe cineva pe care să dea vina pentru problemele ei, se poate ascunde de faptul că ea e cea responsabilă pentru viaţa ei.
- Se simte imediat atrasă de un bărbat din punct de vedere sexual. E semn că reacţionează la propriile ei aşteptări în privinţa lui, iar nu faţă de bărbatul în sine. Înainte de a face ceva bazându-se pe această alchimie, trebuie să se asigure că au trecut prin primele trei stadii ale întâlnirilor.
- E dornică să-i împlinească dorinţele şi să-şi mulţumească partenerul. E semn clar că simte că el îi poate oferi lucrurile de care ea are nevoie, dar că ea încă nu a primit ceea ce are nevoie. Ar trebui să fie atentă să se reţină până când primeşte realmente ceea ce are nevoie.
- Simte o puternică alchimie, dar ştie că bărbatul ar trebui să se schimbe înainte ca ea să poată primi ceea ce îşi doreşte. Speră că dragostea ei îl va schimba. Nu e corect faţă de nici unul

dintre ei ca ea să ofere ceva acum, iar apoi să se aştepte la mai mult din partea lui. Tendinţa aceasta va avea efecte negative.

- Nu se simte respectată de partenerul ei, dar se arată înţelegătoare faţă de motivul pentru care el nu face ce ar trebui. Dacă nu o respectă, el va justifica acest lucru dând vina fie pe trecutul lui, fie pe al ei.
- Simte alchimia sexuală, dar e sigură că nu poate avea încredere că celelalte nevoi ale ei vor putea fi satisfăcute vreodată.

Neînţelegând semnele care trădează o alchimie nesănătoasă, putem face cu uşurinţă greşeala de a ne implica într-o relaţie cu cineva care e în mod evident nepotrivit pentru noi.

E NORMAL SĂ FACEM GREŞELI

E normal să facem greşeli atunci când ne căutăm partenerul potrivit. Diferenţa între succes şi eşec ne face să învăţăm din greşeli cum să avem mai mult discernământ. Dacă vrei să marchezi, şansele de a rata cresc în mod dramatic. Babe Ruth, care deţinea recordul la cele mai multe puncte marcate, deţinea şi recordul la ratări.

Pentru a-ţi găsi sufletul pereche, nu numai un partener sigur, e nevoie de informaţii, educaţie şi multă practică. Cu acest ajutor, vă puteţi dezvolta abilitatea de a naviga prin cele cinci stadii ale întâlnirilor pentru a putea trăi pentru totdeauna adevărata dragoste. Trecând peste suişurile şi coborâşurile dragostei, care apar în mod inevitabil din când în când, făcând faţă provocărilor repetate în ceea ce priveşte armonizarea diferenţelor şi întorcându-vă la angajamentul de a avea o relaţie de calitate, vă veţi găsi sufletul pereche şi veţi trăi fericiţi până la adânci bătrâneţi.

CUPRINS

